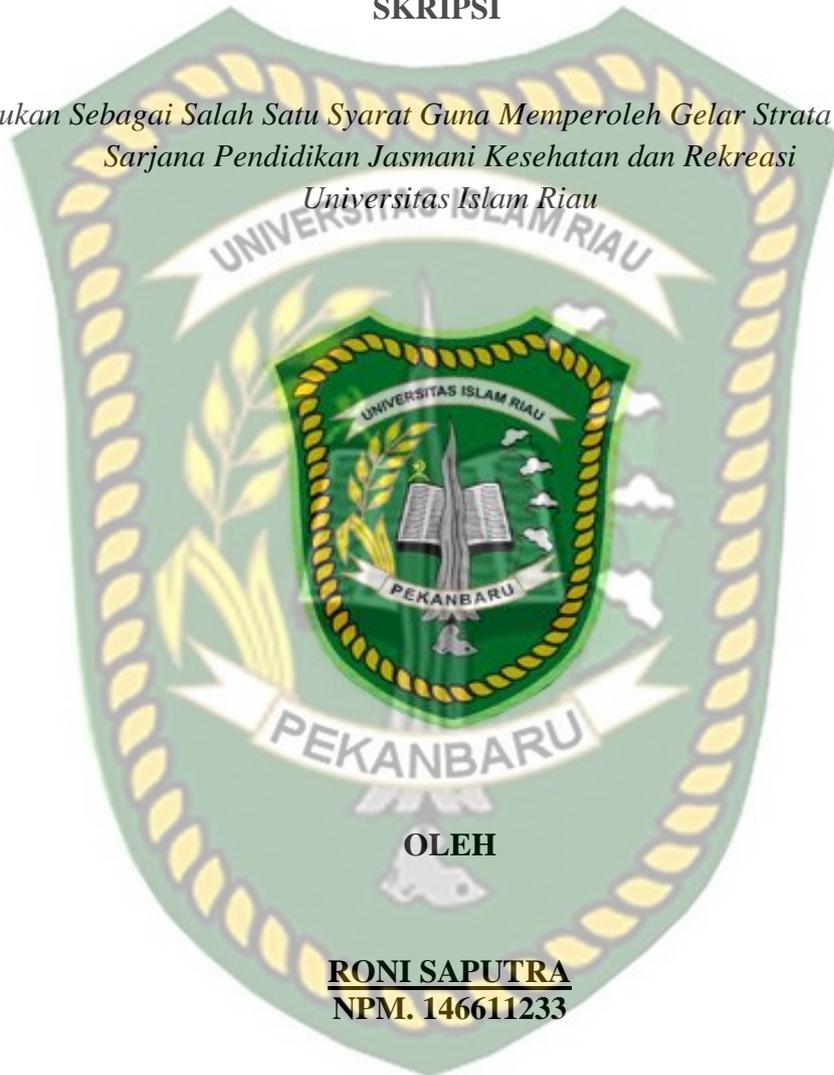


**KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI DAN DAYA LEDAK OTOT
TUNGKAI TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* SEPAKBOLA PADA
SISWA SSB SETIA DARMA KABUPATEN BENGKALIS**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*



OLEH

RONI SAPUTRA
NPM. 146611233

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2018**

KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI DAN DAYA LEDAK OTOT
TUNGKAI TERHADAP KETEPATAN SHOOTING SEPAKBOLA PADA
SISWA SSB SETIA DARMA KABUPATEN BENGKALIS

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*

OLEH

RONI SAPUTRA
NPM. 146611233

Pembimbing Utama



Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1027108701

Pembimbing Pendamping



M. Fransazeli, S.Pd., M. Pd
NIDN. 0212128702

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2018**

PENGESAHAN SKRIPSI

KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI DAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI
TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* SEPAKBOLA PADA
SISWA SSB SETIA DARMA KABUPATEN BENGKALIS

Dipersiapkan oleh :

Nama : Roni Saputra
NPM : 146611233
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

TIM PEMBIMBING

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1027108701


M. Fransazeli, S.Pd., M. Pd
NIDN. 0212128702

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi


Drs. Daharis, M.Pd
NIP. 19611231 198602 1 002
NIDN. 0020046109

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


Dr. Sri Annah, S.Pd., M.Si
NIP. 19701007 199803 2 022
NIDN. 0007107005

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Roni Saputra
NPM : 146611233
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

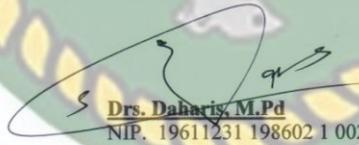
Pembimbing Pendamping


Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1027108701


M. Fransazeli, S.Pd., M. Pd
NIDN. 0212128702

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau


Drs. Dahariz, M.Pd
NIP. 19611231 198602 1 002
NIDN. 0020046109

SURAT KETERANGAN

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

Nama : Roni Saputra
NPM : 146611233
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

“Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis”

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

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1027108701


M. Fransazeli, S.Pd., M. Pd
NIDN. 0212128702

ABSTRAK

Roni Saputra. 2018. Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan terhadap siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis, diketahui bahwa ketepatan *shooting* sepakbola siswa masih belum maksimal, hal ini terlihat dari kecepatan bola saat meluncur ke gawang masih lambat akibat tendangan tidak keras, sehingga mudah diantisipasi oleh penjaga gawang lawan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji korelasi berganda. Untuk melihat kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola dengan melihat koefisien determinansi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis dengan nilai $r_{hitung} = 0,651 > r_{tabel} = 0,444$ dengan nilai $KD = 42.38\%$.

Kata kunci: Koordinasi Mata-Kaki, Daya Ledak Otot Tungkai, Ketepatan *Shooting* Sepakbola

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan Bimbingan Skripsi Terhadap :

Nama : Roni Saputra
NPM : 146611233
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Sarjana Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Pembimbing Utama : Ricky Fernando, S.Pd, M.Pd
Judul Skripsi : Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
24 - 01 - 2018	Pengajuan judul ke Sekretaris Program Studi	
19 - 05 - 2018	Perbaiki penulisan daftar pustaka	
12 - 06 - 2018	Perbaiki latar belakang, kutipan, kerangka pemikiran, instrumen penelitian	
07 - 08 - 2018	Acc untuk diujian proposal	
12 - 09 - 2018	Seminar proposal	
20 - 10 - 2018	Perbaikan setelah seminar proposal	
24 - 10 - 2018	Surat riset	
07 - 11 - 2018	Melakukan penelitian dan pengolahan data	
29 - 11 - 2018	Perbaiki teks penulisan	
18 - 12 - 2018	Acc skripsi untuk diuji	

Pekanbaru, November 2018
Wakil Dekan Bidang Akademik


Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si
NIP. 197001007 199803 2 002
NIDN. 00071070005

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan Bimbingan Skripsi Terhadap :

Nama : Roni Saputra
NPM : 146611233
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Pembimbing Utama : M. Fransazeli, S.Pd, M.Pd
Judul Skripsi : Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
24 - 01 - 2018	Pengajuan judul ke Sekretaris Program Studi	
25 - 05 - 2018	Ubah identifikasi masalah, perbaiki penulisan	
15 - 06 - 2018	Tambahkan 7 jurnal	
11 - 08 - 2018	Acc untuk diujikan proposal	
12 - 09 - 2018	Seminar proposal	
21 - 10 - 2018	Perbaiki setelah seminar proposal	
24 - 10 - 2018	Surat riset	
07 - 11 - 2018	Melakukan penelitian dan pengolahan data	
22 - 11 - 2018	Perbaiki abstrak, perbaiki analisis data	
11 - 12 - 2018	Acc untuk di ujikan	

Pekanbaru, November 2018
Wakil Dekan Bidang Akademik


Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si
NIP. 197001007 199803 2 002
NIDN. 00071070005

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Roni Saputra
NPM : 146611233
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : FKIP
Judul Skripsi : Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Shooting Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten 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, Desember 2018
Penulis,



Roni Saputra
NPM. 146611233

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul “**Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Shooting Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis**”. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Karena keterbatasan ilmu dan pengetahuan yang penulis miliki, maka dengan tangan terbuka dan hati yang lapang penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan dimasa yang akan datang. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Ricky Fernando, S.Pd., M.Pd selaku Pembimbing utama yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta pembimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak M. Fransazeli, S.Pd., M. Pd pembimbing pendamping yang telah banyak memberi masukan dan saran dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Daharis. M. Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau.

4. Ibu Merlina Sari, M.Pd sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam Riau.
5. Bapak Drs. Alzaber. M.Si selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
6. Bapak/Ibu Dosen dan staf pegawai tata usaha 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.
7. Teruntuk orang tua tercinta serta kakak dan adik yang selalu memberikan semangat dan dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan khususnya angkatan 2014 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, kerabat, teman dekat, dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

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 Tuhan Yang Maha Esa, Amin.

Pekanbaru, Desember 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Landasan Teori.....	6
1. Hakikat Koordinasi Mata-Kaki.....	6
a. Pengertian Koordinasi Mata-Kaki.....	6

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Koordinasi Mata-Kaki.....	8
2. Hakikat Daya Ledak Otot Tungkai	9
a. Pengertian Daya Ledak Otot Tungkai	9
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Daya Ledak	11
c. Pengertian Otot Tungkai.....	12
3. Hakikat Ketepatan <i>Shooting</i>	13
a. Pengertian <i>Shooting</i>	13
b. Teknik <i>Shooting</i>	15
B. Kerangka Pemikiran.....	16
C. Hipotesis	16
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	18
A. Jenis Penelitian.....	18
B. Populasi dan Sampel	18
C. Defenisi Operasional	19
D. Instrumen Penelitian	20
E. Teknik Pengumpulan Data	25
F. Teknik Analisa Data.....	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	18
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	29
B. Analisa Data.....	34
C. Pembahasan.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41

DAFTAR TABEL

Halaman

1.	Distribusi Frekuensi Koodinasi Mata-Kaki (X_1) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.....	30
2.	Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai (X_2) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis	32
3.	Distribusi Frekuensi Ketepatan <i>Shooting</i> Sepakbola (Y) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.....	33



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Otot Tungkai Bagian Bawah.....	13
2. Desain Penelitian	18
3. Tes Koordinasi Mata Kaki	22
4. <i>Vertical Power Jump Test</i>	24
5. Tes <i>Shooting At The Ball</i>	25



DAFTAR GRAFIK

Halaman

1.	Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata-Kaki (X_1) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis	31
2.	Histogram Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai (X_2) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.....	32
3.	Histogram Frekuensi Skor Ketepatan <i>Shooting</i> Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.....	34



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Tabel Data Hasil Tes Koordinasi Mata-Kaki Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis	43
2. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Koordinasi Mata-Kaki Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.....	44
3. Tabel Data Hasil Tes Daya Ledak Otot Tungkai Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis	45
4. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Daya Ledak Otot Tungkai Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.....	46
5. Tabel Data Hasil Tes Ketepatan <i>Shooting</i> Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis	47
6. Cara Mencari Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Ketepatan <i>Shooting</i> Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.....	48
7. Korelasi X1 (Koordinasi Mata-Kaki) ke Y (Ketepatan <i>Shooting</i> Sepakbola).....	49
8. Korelasi X2 (Daya Ledak Otot Tungkai) ke Y (Ketepatan <i>Shooting</i> Sepakbola).....	51
9. Korelasi X1 (Koordinasi Mata-Kaki) ke X2 (Daya Ledak Otot Tungkai).....	53
10. Korelasi X1, X2 ke Y.....	55
11. R tabel	58
12. F tabel.....	59
13. Dokumentasi Penelitian	60

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan olahraga adalah kegiatan yang bertujuan untuk mendukung daya tahan fisik seseorang. Selain itu, kegiatan olahraga juga dapat membantu meningkatkan konsentrasi dan fokus seseorang dalam melakukan berbagai aktivitas sehari-hari. Untuk itu, diperlukan adanya pembinaan dibidang olahraga agar terbentuk masyarakat yang sehat jasmaninya dan pembinaan dibidang olahraga ini diharapkan mampu membawa prestasi dalam berbagai cabang olahraga untuk mengharumkan nama Indonesia.

Kegiatan olahraga merupakan bagian terpenting dalam menjaga kesehatan karena memiliki tujuan tidak hanya untuk menumbuh kembangkan aspek kebugaran jasmani, tetapi juga keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup yang sehat serta pengenalan lingkungan yang bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan.

Pentingnya melaksanakan pembinaan dan pengembangan olahraga tertuang dalam undang - undang nomor 3 tahun 2005 pasal 21 ayat 3 yang berbunyi : “Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”.

Berdasarkan kutipan diatas, dapat dilihat bahwa adanya pembinaan olahraga dapat dilakukan dengan memperhatikan minat dan bakat yang dimiliki

melalui kegiatan non formal. Sarana untuk menyalurkan bakat dan minat tersebut dapat juga dijalani sebagai karir dalam olahraga olahraga yang digelutinya hingga mencapai prestasi yang tertinggi.

Kegiatan olahraga merupakan salah satu cara yang dapat ditempuh untuk mengembangkan sistem motorik, yang dimulai dari usia dini yaitu pada umur pelajar. Diantara bermacam-macam cabang olahraga yang dilakukan pembinaan dan pengembangan prestasi adalah permainan olahraga sepakbola yang diterapkan di klub-klub sepakbola.

Permainan olahraga sepakboa dikenal dan dimainkan hampir diseluruh lapisan masyarakat mulai dari anak - anak, remaja maupun orang tua bahkan wanitapun menggemari dan memainkannya. Saat ini kelompok - kelompok atau klub - klub sepakbola di masyarakat walau sebagai wahana rekreasi atau untuk mencapai prestasi.

Dalam olahraga permainan sepakbola, terdapat beberapa teknik olahraga yang harus dikuasai seorang pemain sepak bola. Salah satu teknik dasar sepakbola yang penting dalam mencapai kemenangan adalah *shooting*. *Shooting* merupakan kemampuan seseorang dalam menendang bola ke gawang dimana tendangan tersebut harus keras, terkontrol, cepat dan tepat

Unsur pendukung permainan sepakbola tidak terlepas dari unsur olahraga kondisi olahraga fisik yang diperlukan dapat olahraga mempengaruhi kemampuan olahraga sepakbola olahraga khususnya *shooting* adalah daya ledak otot tungkai, olahraga koordinasi mata-kaki, kekuatan, dan kecepatan. *Power* merupakan gabungan antara kekuatan dan kecepatan pada suatu otot tak terkecuali

pada otot kaki dan didukung oleh koordinasi gerakan yang dinamis, kedua unsur ini diperlukan pada saat *shooting*.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan terhadap siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis, diketahui bahwa ketepatan *shooting* sepakbola siswa masih belum maksimal, hal ini terlihat dari kecepatan bola saat meluncur ke gawang masih lambat akibat tendangan tidak keras, sehingga mudah diantisipasi oleh penjaga gawang lawan.

Hal itu disebabkan tidak maksimalnya unsur fisik seperti daya ledak otot tungkai. Selain itu *shooting* siswa banyak yang kurang tepat atau melenceng dari sasaran yang di sebabkan koordinasi mata-kaki serta kekuatan otot tungkai siswa yang belum maksimal. Kemudian gerakan *shooting* siswa masih terlihat lamban karena tidak maksimalnya kelincahan yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil pengamatan tersebut maka penulis merasa tertarik untuk meneliti tentang seberapa besar kontribusi dari koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai secara ilmiah yaitu dengan judul **Kontribusi Koordinasi Mata - Kaki Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada latar belakang diatas, maka dapat didentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

- (1) Kurangnya ketepatan *shooting*, ini terlihat dari kecepatan bola saat meluncur ke gawang masih lambat akibat tendangan tidak keras.

- (2) Daya ledak otot tungkai siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis yang belum maksimal.
- (3) Koordinasi mata-kaki siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis belum baik, sehingga *shooting* siswa banyak yang kurang tepat atau melenceng dari sasaran.
- (4) Kekuatan otot tungkai siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis juga belum maksimal sehingga bola yang *dishooting* tidak meluncur dengan keras.
- (5) Gerakan *shooting* siswa masih terlihat lamban karena tidak maksimalnya kelincihan yang dimilikinya.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan beberapa identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini hanya membahas tentang kontribusi koordinasi mata - kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dibuat dan agar lebih jelas dan terarah masalahnya, maka penelitian ini dapat dirumuskan pada Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata - kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalahnya maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan *shooting* pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.
2. Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *shooting* pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.
3. Kontribusi koordinasi mata - kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi siswa, dapat meningkatkan kemampuan dalam melakukan *Shooting* kearah gawang dengan *shooting* bola yang kuat dan terarah.
2. Bagi pelatih, sebagai bahan untuk mengevaluasi kemampuan siswa dalam melakukan *shooting* sepakbola.
3. SSB, semoga dengan penelitian ini prestasi sepakbola SSB Setia Darma dapat lebih meningkat.
4. Untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Studi dan meraih gelar Strata 1 (S1) di Universitas Islam Riau.
5. Bagi Fakultas, sebagai bahwa sumbangan bacaan ilmiah dan bahan referensi bagi mahasiswa yang akan meneliti pada masa yang akan datang.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat Koordinasi Mata - Kaki

a. Pengertian Koordinasi Mata - Kaki

Dalam bermain sepakbola khususnya pada saat melakukan *shooting*, seorang pemain bola harus memiliki koordinasi mata-kaki yang berguna untuk mengarahkan bola yang ditendang dengan tepat. Unsur fisik ini akan memudahkan pemain bola dalam menghasilkan *shooting* yang tepat ke arah gawang.

Menurut Harsono (2001:38) mengemukakan bahwa koordinasi adalah kemampuan biomotorik yang sangat kompleks, dan erat hubungannya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas.

Koordinasi merupakan 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 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 disimpulkan 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 melakukan 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 disimpulkan 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.

Dalam penelitian ini koordinasi yang dimaksud adalah koordinasi mata-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 *menpassing* bola yang dibawa ataupun *menstopping* bola yang diterima.

b. Faktor Yang Mempengaruhi Koordinasi Mata-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.

2. Hakikat Daya Ledak Otot Tungkai

a. Pengertian Daya Ledak

Dalam melakukan aktivitas berat yang mengharuskan seseorang untuk mengerahkan kemampuan maksimal dalam waktu yang singkat diperlukan suatu kebiasaan yang baik untuk mendapatkan itu semua. Kemampuan tubuh seseorang yang seperti ini disebut dengan *power* otot yaitu kemampuan otot seseorang dalam berkontraksi dan menghasilkan daya dalam bergerak.

Dalam Harsono (2001:24) mengatakan bahwa *power* adalah produk dari kekuatan dan kecepatan. *Power* adalah kemampuan otot untuk mengerahkan

kekuatan maksimal dalam waktu yang amat singkat. Sebagai contoh adalah kalau dua orang individu masing - masing dapat mengangkat beban yang beratnya 50 kg. Akan tetapi yang seorang dapat mengangkatnya lebih cepat dari pada yang lain, maka orang itu dikatakan memiliki *power* yang lebih baik dari pada orang yang mengangkatnya lebih lambat.

Selanjutnya menurut Bafirman (2008:82) mengatakan bahwa daya ledak merupakan salah satu komponen biometrik yang penting dalam kegiatan olahraga. Karena daya ledak akan menentukan seberapa keras orang dapat memukul, seberapa jauh melempar, seberapa tinggi melompat, seberapa cepat berlari dan lain sebagainya.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa daya ledak akan menentukan hasil tendangan *shooting*, semakin bagus daya ledak yang dimiliki seorang pemain bola maka hasil *shooting* yang dilakukannya akan menjadi keras dan cepat mengarah ke sudut gawang yang dituju.

Namun menurut Irawadi (2011:96) mengartikan daya ledak otot sebagai kemampuan seseorang untuk menggerakkan tubuh atau bagian-bagiannya secara kuat dan kecepatan tinggi. Wujud nyata dari daya ledak otot tergambar dalam kemampuan seseorang seperti, kekuatan atau ketinggian lompatan, kekuatan tendangan, kekuatan lemparan, kekuatan dorongan, dan kekuatan tendangan.

Sedangkan Ismaryati (2008:59) mengatakan *power* yaitu *power* siklis dan asiklis, perbedaan jenis ini dilihat dari segi kesesuaian jenis gerakan atau keterampilan gerak. Dalam kegiatan olahraga *power* tersebut dapat dikenali dari perannya pada suatu cabang olahraga. Cabang - cabang

olahraga yang lebih dominan *power* siklisnya adalah melempar, menolak dan melompat pada atletik, unsur - unsur gerakan senam, beladiri, loncat indah dan sejenis lebih dominan *power* siklisnya.

Dari pemaparan yang diberikan oleh para ahli di atas maka dapat dikatakan bahwa *power* adalah kemampuan seseorang dalam mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya untuk menghasilkan tenaga yang sebesar-besarnya, tentunya *power* atau daya ledak ini sangat diperlukan disaat melakukan *Shooting* sepakbola agar bola yang di *Shooting* dapat meluncur dengan keras dan cepat ke arah gawang lawan.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Daya Ledak

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi daya ledak adalah kekuatan dan kecepatan. Dimana *power* merupakan suatu rangkaian gerak yang dilakukan dengan sangat cepat dan menggunakan kekuatan maksimal yang ada atau bisa disebut juga bahwa *power* merupakan gabungan atau kombinasi dari komponen kecepatan ditambah dengan kekuatan.

Dalam Bafirman (2008:82) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi daya ledak adalah kekuatan dan kecepatan kontraksi.

1. Kekuatan

Kekuatan otot menggambarkan kontraksi maksimal yang dihasilkan oleh otot atau sekelompok otot. Faktor fisiologis yang mempengaruhi kekuatan otot adalah usia, jenis kelamin, dan suhu otot. Disamping itu faktor yang mempengaruhi kekuatan otot sebagai unsur daya ledak adalah jenis sebatut otot, luas otot rangka, sistem metabolisme energi, sudut sendi, dan aspek psikologis.

2. Kecepatan

Kecepatan adalah suatu kemampuan bersyarat untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam keadaan waktu yang sesingkat mungkin. Kecepatan diukur dengan satuan jarak dibagi suatu kemampuan untuk menggerakkan tubuh dalam waktu yang sesingkat mungkin.

Faktor yang mempengaruhi kecepatan adalah kelenturan, tipe tubuh, usia, dan jenis kelamin.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa daya ledak itu terdiri dari penggabungan dua unsur fisik yaitu kekuatan dan kecepatan kontraksi otot. Dimana kekuatan berasal dari jumlah volume otot yang dimiliki seseorang dan kecepatan bersumber dari kemampuan otot seseorang dalam berkontraksi dengan cepat. Semakin banyak volume otot yang dimiliki seseorang maka ia akan menjadi semakin kuat dan kecepatannya juga akan semakin baik dalam berkontraksi.

c. Pengertian Otot Tungkai

Sebagaimana kita ketahui, bahwa tubuh kita dibungkus oleh jaringan - jaringan otot atau gumpalan daging. Jaringan - jaringan otot tersebut berfungsi sebagai penggerak tubuh dalam melakukan gerakan. 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 penjelasan sebelumnya, diketahui bahwa terdapat beberapa jenis otot dan bagian-bagian yang penting di dalam otot, namun secara umum otot berfungsi untuk memindahkan bagian-bagian tubuh dan substansinya dengan menggunakan suatu organ tubuh baik itu untuk berjalan, berlari, menarik, ataupun mendorong.

Setiap gerakan yang kita lakukan akan selalu dengan menggunakan gerakan antagonis atau pun dengan menggunakan gerakan sinergis. Secara garis besar otot tungkai ialah anggota gerak pada tubuh manusia yang terdiri dari berbagai susunan otot dan tulang yang saling berkaitan untuk memungkinkan suatu gerak.



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

3. Hakikat Ketepatan *Shooting*

a. Pengertian *Shooting*

Shooting sangat dibutuhkan dalam permainan sepak bola. Kemampuan menembak (*shooting*) harus dimiliki oleh semua pemain. Dalam melakukan *Shooting*, *power* sangat berpengaruh terhadap hasil tendangan. Jika, seorang pemain memiliki *power* yang bagus maka hasil *shooting* yang dihasilkan akan maksimal.

Menurut Luxbacher (2012:15) *Shooting* merupakan tendangan dengan punggung kaki seringkali dilakukan guna bola jauh dan keras serta terarah, biasanya tendangan punggung kaki dilakukan dalam bola-bola *shooting* ke gawang.

Kemudian Sucipto (2000:17) menjelaskan bahwa tendangan merupakan usaha untuk memindahkan bola, menendang bola adalah salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan, menembak ke gawang (*shooting at the goal*) dan menggagalkan serangan lawan.

Semua orang tahu, tujuan akhir sepakbola adalah mencetak gol. Dalam pertandingan, permainan yang menawan kadangkala terasa tak bermakna kalau ternyata harus berakhir dengan kalah jumlah gol. Pendek kata, semua yang dilakukan dalam sepakbola, baik itu mengumpan, menggiring, *men-sliding* dan sebagainya, hanyalah untuk satu muara: gol. Untuk bisa mencetak gol, pemain harus menembak (*shooting*).

Kemudian Tony & Stuart (2012:102) menjelaskan cara melatih kemampuan *Shooting* salah satunya adalah setiap pemain maju satu per satu sambil mengoper bola ke arah bidang di tengah lapangan, lalu berlari menyusul bola. Dengan sentuhan kedua, pemain menembakkan bola ke salah satu gawang, lalu mengulanginya dari sisi lain bidang di tengah lapangan. Pemain X dan Y saling bertanding; pemain pertama yang bisa mencetak gol terbanyak dalam waktu 5 menit menjadi pemenangnya.

Kemampuan menembak harus dimiliki oleh semua pemain, khusus untuk *striker* atau *forward*, kemampuan dan nalurinya untuk menembak dan mencetak gol harus lebih hebat diatas pemain - pemain lainnya. Hasil dari tendangan bola yang menggunakan punggung kaki adalah bola bergerak dengan cepat, dan kuat serta lurus kearah yang dituju. Bola cenderung bergerak tidak mendarat di atas rumput, melainkan bergerak ke udara.

b. Teknik *Shooting*

Menurut Mielke (2003:68) Cara melakukan *shooting* adalah mendekati bola dari arah yang sedikit menyamping, bukan garis lurus. Usahakan langkah tetap pendek-pendek dan cepat. Tempatkan kaki yang tidak digunakan untuk menendang atau kaki tumpuan kira-kira satu langkah disamping bola. Dengan ujung kaki menghadap ke gawang. Tariklah kaki yang digunakan untuk menendang ke belakang tubuh dengan ditekuk kira-kira 90 derajat.

Ayunkan kaki tersebut ke depan untuk menyentuh bola. Pada saat persentuhan, lutut, tubuh, dan kepala harus sejajar dengan bola. Pergelangan kaki terkunci, dan ujung kaki menghadap ke bawah. Lanjutkan ayunan kaki mengikuti garis lurus menuju ke arah tendangan bukannya menuju ke atas. Pertahankan ujung kaki tetap lurus sampai mendaratkan kaki ke tanah. Momentum tendangan harus membawa tubuh maju ke depan melebihi titik persentuhan ketika mendaratkan kaki yang digunakan untuk menendang.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa *shooting* merupakan tendangan bola ke arah gawang, yang dilakukan disini adalah menendang bola dengan menggunakan punggung kaki. Posisi berdiri tegak dengan keseimbangan badan

yang baik, salah satu badan sebagai penumpu dengan sedikit menekukkan lutut kaki. Kaki yang terkuat digunakan untuk menendang bola, kedua tangan berada di samping badan normal untuk mendukung keseimbangan badan. Menendang bola dengan punggung kaki dilakukan dengan cara kaki penumpu berada di dekat bola, kemudian kaki terkuat yang digunakan untuk menendang bola digerakkan dari belakang ke arah depan dengan ayunan kaki yang cukup kuat. Punggung kaki dikenakan pada bola sehingga bola akan meluncur lurus dan cepat ke arah gawang

B. Kerangka Pemikiran

Untuk memaksimalkan ketepatan *shooting* maka hal yang paling diutamakan adalah memaksimalkan daya ledak otot tungkai yang dimiliki serta didukung oleh koordinasi mata-kaki yang baik. Karena daya ledak otot tungkai merupakan kemampuan otot dalam berkontraksi dengan kuat dan cepat sehingga gerakan yang dilakukan dapat berupa gerakan yang tiba-tiba namun kuat dan cepat.

Daya ledak ini berguna untuk menghasilkan gerakan menendang bola untuk *shooting* yang keras. Serta koordinasi mata-kaki merupakan kemampuan persyarafan pusat dalam mengkoordinasikan hasil pandangan mata dengan target atau sasaran *shooting* terhadap respon dalam menggerakkan otot kaki yang mengarahkan *shooting* yang tepat ke arah gawang. Dengan memperhatikan uraian tersebut, maka dapat di asumsikan bahwa semakin baik daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata - kaki yang dimiliki maka keterampilan *shooting* juga akan semakin baik.

C. Hipotesis

Berdasarkan anggapan dasar yang telah dikemukakan diatas maka dikemukakan hipotesis sebagai berikut :

- (1) Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan *shooting* pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.
- (2) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *shooting* pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.
- (3) Terdapat kontribusi koordinasi mata - kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.



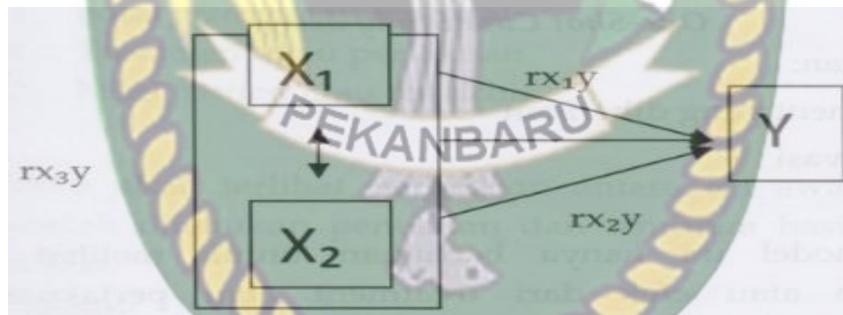
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini 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 koordinasi mata - kaki, (X_2) adalah daya ledak otot tungkai dan serta sebagai variabel terikat (Y) adalah *shooting*.

Adapun desain penelitian ini menurut Kusumawati (2015:35) desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian

X_1 = variabel bebas

X_2 = variabel bebas

Y = variabel terikat

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut (Sugiyono, 2013:2015) 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 merupakan keseluruhan dari objek penelitian. Adapun yang dijadikan populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis yang berjumlah 27 orang.

2. Sampel

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 siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis yang berjumlah 27 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) Koordinasi mata-kaki adalah kemampuan untuk menyelaraskan gerakan menggunakan otot-otot kaki melalui syaraf otot terhadap pandangan mata pada target dengan tepat secara dinamis. Koordinasi mata-kaki ini akan diukur menggunakan tes koordinasi mata kaki (Winarno, 2006:87).
- 2) Daya ledak otot tungkai adalah kemampuan otot tungkai dalam berkontraksi untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang amat singkat dan cepat. Daya ledak otot tungkai ini akan diukur dengan menggunakan tes *vertical power jump test* (Ismaryati:2008:67-70).

- 3) *Shooting* adalah salah satu ketepatan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan untuk memenangkan pertandingan. Salah satu faktor penunjang dalam melakukan *Shooting* adalah *explosive* daya ledak otot tungkai. Keterampilan *Shooting* ini akan diukur menggunakan tes *Shooting at the ball* (Arsil, 2010:145).

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini terdiri dari dua variabel yakni variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah daya ledak otot tungkai sedangkan variabel terikat adalah ketepatan *shooting* ke gawang. Data didapat dari tes pengukuran ketiga variabel tersebut.

1) Koordinasi Mata Kaki (Winarno, 2006:87)

a. Tujuan:

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

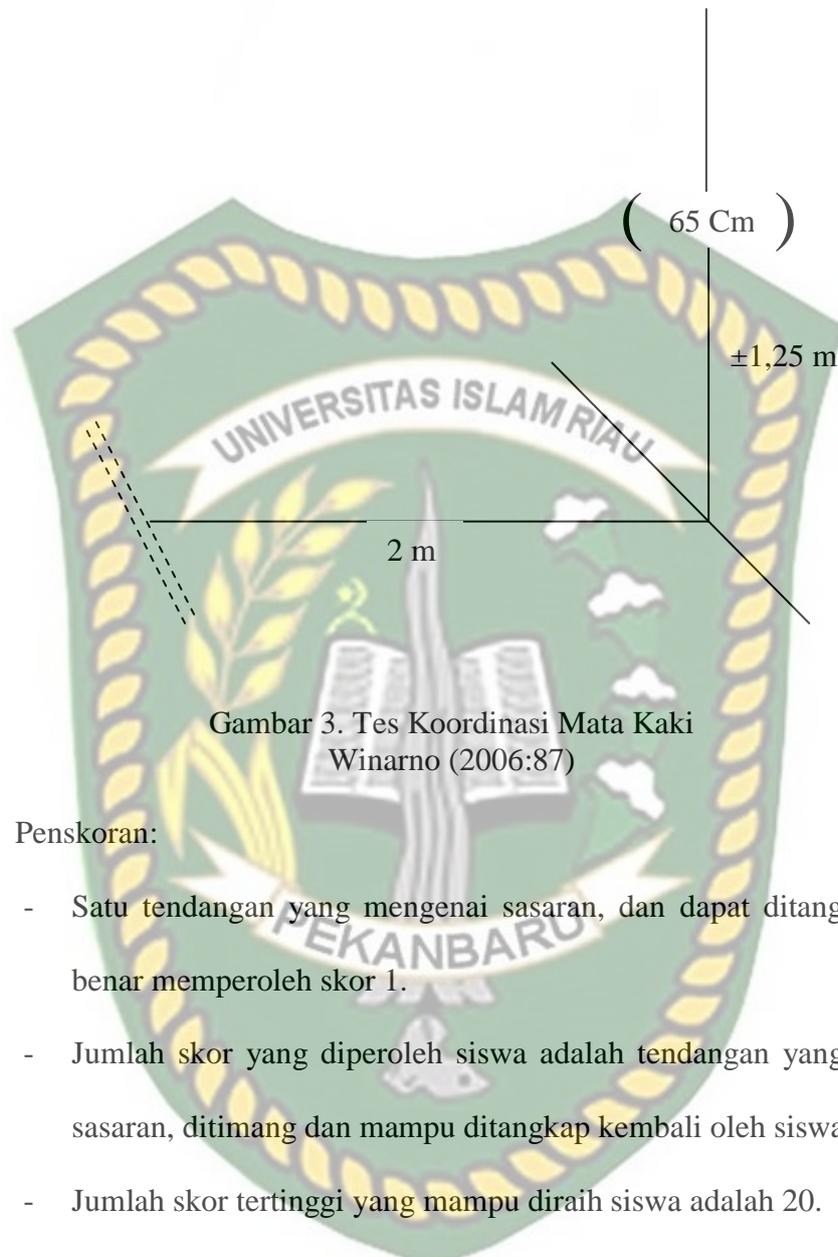
b. Alat dan Perlengkapan:

- Kapur atau pita untuk membuat garis batas.
- Formulir dan alat tulis.
- 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.
- Pita pembatas sepanjang 3 meter dipasang di depan siswa (testi) sebagai pembatas pelaksanaan kegiatan.

- Jarak antara testi dengan sasaran 2 meter.

c. Prosedur

- Sasaran ditempelkan pada tembok, dengan ketinggian bagian bawahnya setinggi 1,25 meter.
- Buatlah garis di lantai menggunakan kapur atau pita dengan jarak 2 meter dari tembok, sasaran.
- Siswa (testi) berdiri di belakang garis pembatas.
- 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.
- Sebelum dilaksanakan tes, siswa diberi kesempatan untuk mencoba, agar mereka beradaptasi dengan tes tersebut.
- Tes dianggap berhasil apabila bola yang ditendang mengenai sasaran, bola yang memantul dapat ditimang, dan ditangkap kembali.
- Siswa tidak boleh menimang dan menangkap bola yang memantul di depan garis batas.
- Siswa memperoleh kesempatan melakukan tes 10 kali ulangan menggunakan kaki kanan, dan 10 kali ulangan menggunakan kaki kiri.



Gambar 3. Tes Koordinasi Mata Kaki
Winarno (2006:87)

- d. Penskoran:
- Satu tendangan yang mengenai sasaran, dan dapat ditangkap secara benar memperoleh skor 1.
 - Jumlah skor yang diperoleh siswa adalah tendangan yang mengenai sasaran, ditimbang dan mampu ditangkap kembali oleh siswa.
 - Jumlah skor tertinggi yang mampu diraih siswa adalah 20.

2) Tes Daya ledak otot tungkai Dengan *Vertical Power Jump Test* (Ismaryati:2008:67-70)

- a. Tujuan :
- Untuk mengukur *power* tungkai dalam arah vertikal.
- b. Sasaran :
- Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

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, kemudian hitung dengan rumus berikut:

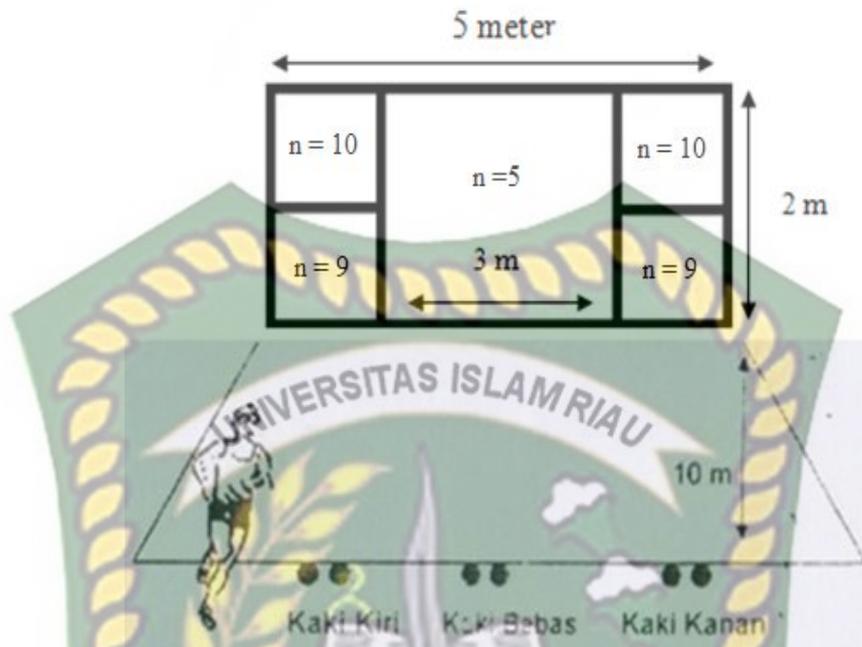


Gambar 4. *Vertical Power Jump Test*
(Ismaryati, 2008 :69)

Ambil raihan tertinggi dari tiga lompatan tersebut sebagai hasil loncat tegak, hasil loncat tegak diperoleh dengan cara hasil raihan tertinggi dari salah satu lompatan tersebut dikurangi tinggi raihan tanpa lompatan.

3) Tes *Shooting At The Ball* (Arsil, 2010:145)

Tes *shooting at the ball* adalah tes menendang bola dari tempat dan dengan kaki tertentu ke sasaran yang telah di tentukan. Tujuannya adalah untuk mengukur keterampilan ketepatan menembak bola. Lapangan yang digunakan untuk tes *Shooting* ini adalah lapangan sepakbola yang memiliki tembok sasaran tendangan berukuran panjang 5 meter x lebar 2 meter (gawang sepakbola yang dibatasi dengan tanda tali sesuai dengan nilai sasaran) dengan gambar sebagai berikut :



Gambar 5. Tes *Shooting At The Ball*
(Arsil, 2010 :145)

Keterangan :

N = 10 (daerah sasaran yang mendapat nilai 10)

N = 9 (daerah sasaran yang mendapat nilai 9)

N = 5 (daerah sasaran yang mendapat nilai 5)

Cara pelaksanaan:

- 1) Bola disusun pada garis serangan dengan komposisi 2 bola berada di kanan, 2 bola di kiri dan 2 bola berada ditengah
- 2) Peserta tes berdiri pada jarak 1 meter pada bola yang akan ditendang ke arah gawang
- 3) Peserta tes menendang bola 2 kali dengan kaki kanan ke arah sasaran gawang
- 4) Peserta tes menendang bola 2 kali dengan kaki kiri ke arah sasaran gawang
- 5) Peserta tes menendang bola 2 kali dengan kaki yang paling disukai ke arah sasaran gawang
- 6) Pencatatan hasil diambil dari jumlah 6 kali tendangan dikalikan dengan jumlah sasaran

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 diteliti.

2. Kepustakaan

Kepustakaan digunakan untuk mendapat konsep dan teori-teori yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu tentang kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

3. Tes Pengukuran

Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis, maka dilakukan tes koordinasi mata-kaki, tes *vertical power jump test* serta tes *shooting*.

F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah

- (1) Untuk melihat kontribusi koordinasi mata-kaki (X_1) terhadap keterampilan *shooting* (Y) menggunakan korelasi sederhana dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

- (2) Untuk melihat kontribusi daya ledak otot tungkai (X_2) terhadap keterampilan *shooting* (Y) menggunakan korelasi sederhana dengan rumus Pearson dalam Riduwan (2005:138):

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

- (3) Untuk melihat kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis digunakan rumus korelasi ganda menurut Sugiyono (2013:191), yaitu:

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

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 daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan *shooting* pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2013:184) sebagai berikut:

- 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

Untuk melihat besarnya kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis dengan melihat koefisien determinasi dengan rumus: $KD = r^2 \times 100$.



BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten 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 ketepatan *shooting* sepakbola, sedangkan variabel bebas pertama (X_1) adalah koordinasi mata-kaki dan variabel bebas kedua (X_2) adalah daya ledak otot tungkai. Jumlah subjek penelitian yang telah memenuhi syarat untuk dianalisis yaitu seluruh siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis yang berjumlah 20 orang. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik sampel dilakukan melalui deskripsi data skor dari subyek penelitian untuk masing-masing variabel. Untuk itu berikut ini disajikan nilai rata-rata, simpangan baku, median, modus, distribusi frekuensi, dan histogram data tunggal.

1. Koordinasi Mata-Kaki (X_1) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

Berdasarkan hasil tes koordinasi mata-kaki terhadap siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis. Diperoleh koordinasi mata-kaki terendah yang dicapai siswa adalah 2 dan kelincahan tertinggi adalah 10, Perhitungan terhadap

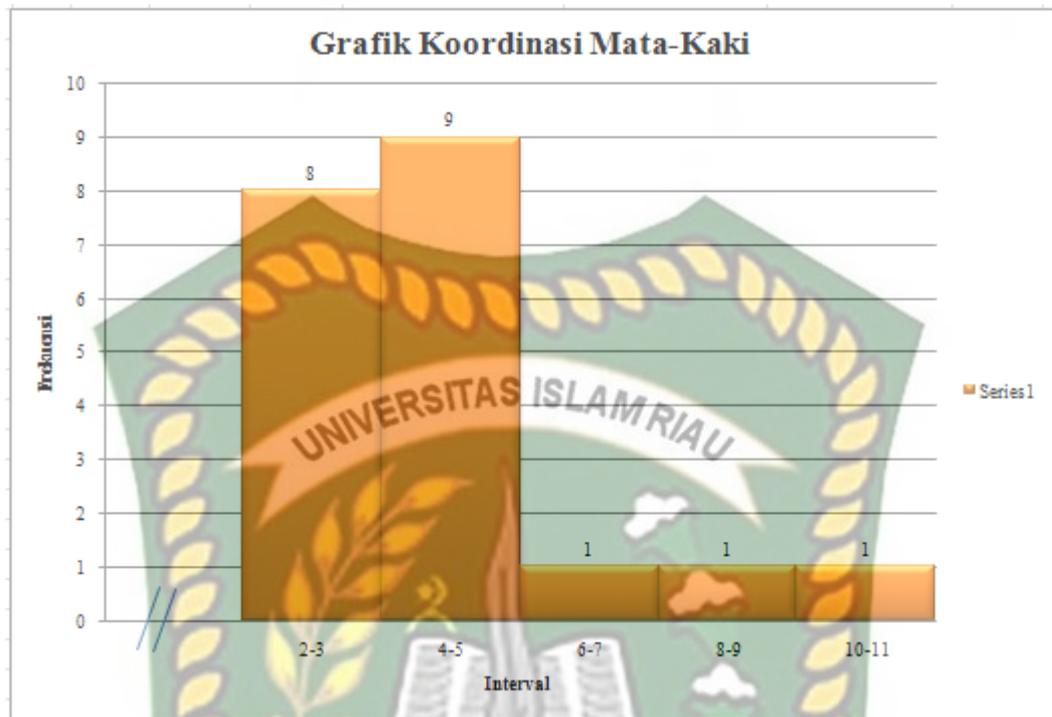
distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) skor rata-rata = 4.35; (2) simpangan baku = 2.01; (3) median = 4; dan (4) modus = 5.

Sebaran skor koordinasi mata-kaki siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis disajikan dalam daftar distribusi frekuensi dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 2 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 2-3 terdapat 8 orang atau 40%, pada kelas interval kedua pada rentang 4-5 terdapat 9 orang atau 45%, pada kelas interval ketiga pada rentang 6-7 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas interval keempat pada rentang 8-9 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas interval kelima pada rentang 10-11 terdapat 1 orang atau 5%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Koodinasi Mata-Kaki (X_1) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	2 - 3	8	40%
2	4 - 5	9	45%
3	6 - 7	1	5%
4	8 - 9	1	5%
5	10 - 11	1	5%
Jumlah		20	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari koordinasi mata-kaki siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Grafik 1. Histogram Sebaran Data Koordinasi Mata-Kaki (X_1) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

2. Daya Ledak Otot Tungkai (X_2) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

Pengukuran terhadap daya ledak otot tungkai, diperoleh daya ledak otot tungkai terendah yang dicapai adalah 12 dan daya ledak otot tungkai maksimal adalah 41 dengan perhitungan terhadap distribusi data menghasilkan: (1) rata-rata = 29.05; (2) simpangan baku = 7.19; (3) median = 29, dan modus = 26.

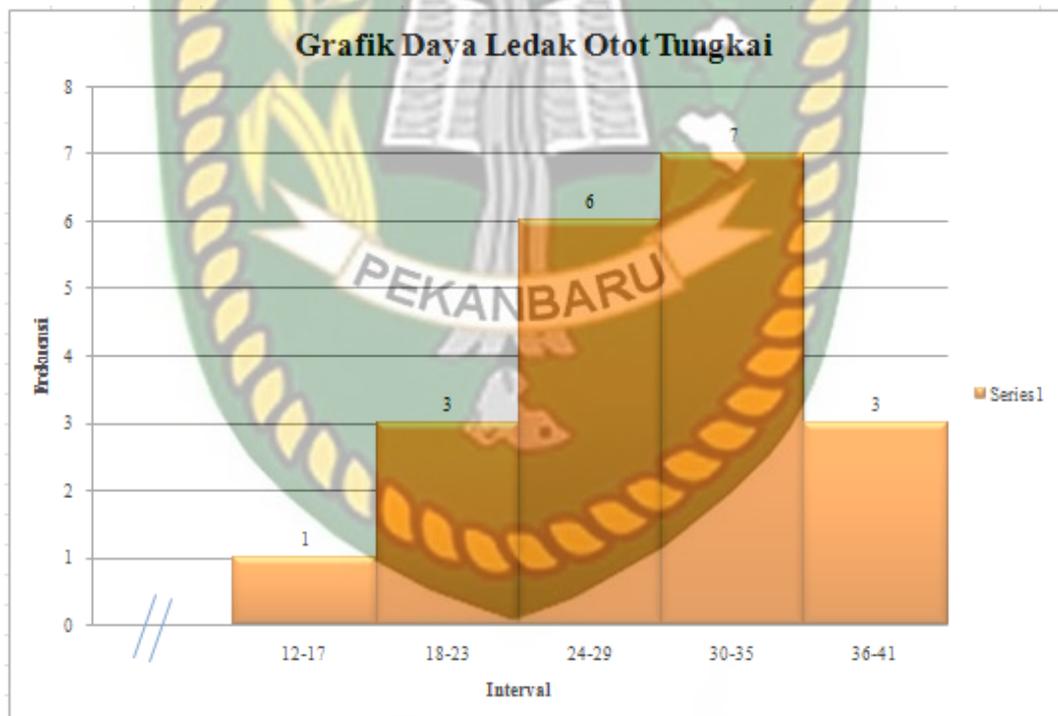
Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5, panjang kelas adalah 6 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 12-17 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas interval kedua pada rentang 18-23 terdapat 3 orang atau 15%, pada kelas interval ketiga pada rentang 24-29 terdapat 6 orang atau 30%, pada kelas interval keempat pada rentang 30-35 terdapat 7 orang atau 35%, pada kelas interval kelima pada rentang 36-41 terdapat 3 orang atau 15%.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai (X_2) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	12 - 17	1	5.00%
2	18 - 23	3	15.00%
3	24 - 29	6	30.00%
4	30 - 35	7	35.00%
5	36 - 41	3	15.00%
Jumlah		20	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari daya ledak otot tungkai dapat ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 2. Histogram Frekuensi Data Daya Ledak Otot Tungkai (X_2) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

3. Hasil Ketepatan *Shooting* Sepakbola (Y) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap ketepatan *shooting* sepakbola, nilai terendah yang diperoleh siswa adalah 25 dan nilai tertinggi adalah 90.

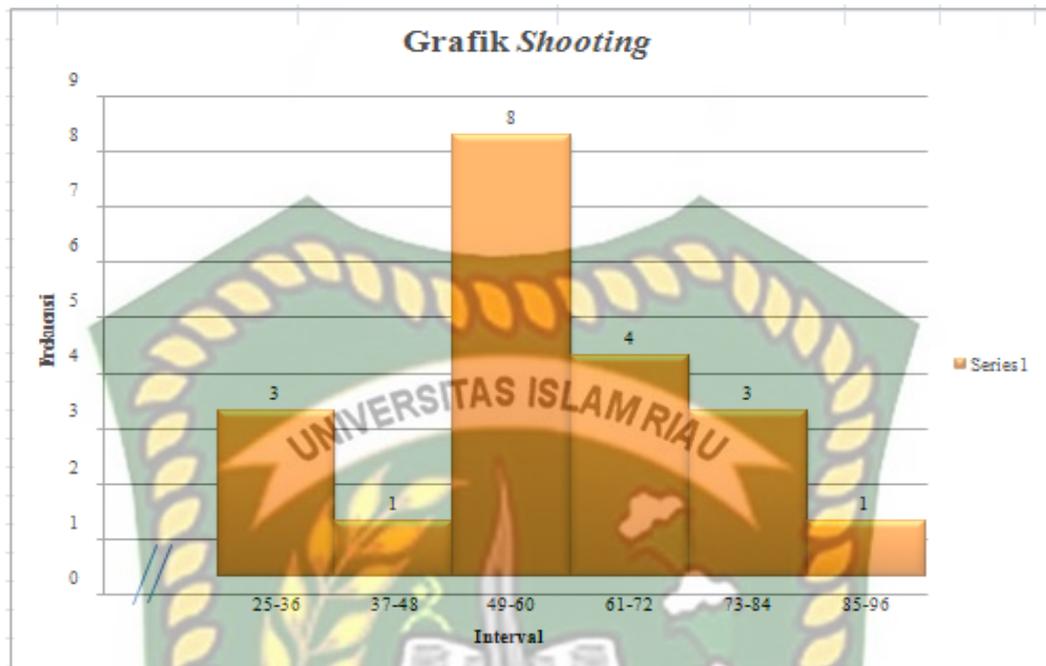
Perhitungan terhadap distribusi skor tersebut menghasilkan: (1) rata-rata = 55.75; (2) simpangan baku = 18.23; (3) median = 50, dan modus = 50

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 6 dan panjang kelas 12 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 25-36 terdapat 3 orang atau 15%, pada kelas interval kedua pada rentang 37-48 terdapat 1 orang atau 5%, pada kelas interval ketiga pada rentang 49-60 terdapat 8 orang atau 40%, pada kelas interval keempat pada rentang 61-72 terdapat 4 orang atau 20%, pada kelas interval kelima pada rentang 73-84 terdapat 3 orang atau 15%, pada kelas interval keenam pada rentang 85-96 terdapat 1 orang atau 5%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Ketepatan *Shooting* Sepakbola (Y) Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	25 - 36	3	15.00%
2	37 - 48	1	5.00%
3	49 - 60	8	40.00%
4	61 - 72	4	20.00%
5	73 - 84	3	15.00%
6	85 - 96	1	5.00%
Jumlah		20	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari ketepatan *shooting* sepakbola dapat ditunjukkan pada gambar berikut:



Gambar 3. Histogram Frekuensi Skor Ketepatan *Shooting* Sepakbola Pada Siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis

B. Analisa Data

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis, yang menjadi variabel X_1 adalah koordinasi mata-kaki dan X_2 adalah daya ledak otot tungkai dan yang menjadi variabel Y adalah ketepatan *shooting* sepakbola. Pengujian yang digunakan yaitu sebagai berikut:

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 koordinasi mata-kaki terhadap ketepatan *shooting* sepakbola siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan koordinasi mata-kaki terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB

Setia Darma Kabupaten Bengkalis didapat nilai $r_{hitung} = 0,575$ dengan nilai $r_{tabel} = 0,444$ sehingga diketahui nilai KD atau nilai kontribusinya sebesar 33,06%.

Adapun hipotesis **kedua** yang akan diuji yaitu: Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis didapat nilai $r_{hitung} = 0,485$ dengan nilai $r_{tabel} = 0,444$ sehingga diketahui nilai KD atau nilai kontribusinya sebesar 23,52%.

Adapun hipotesis **ketiga** yang akan diuji yaitu: Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki dengan daya ledak otot tungkai siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan koordinasi mata-kaki dengan daya ledak otot tungkai pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis didapat nilai $r_{hitung} = 0,345$ dengan nilai $r_{tabel} = 0,444$ sehingga diketahui nilai KD atau nilai kontribusinya sebesar 11,90%.

Adapun hipotesis **keempat** yang akan diuji yaitu: Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis didapat nilai $r_{hitung} = 0,651$ dengan nilai $r_{tabel} = 0,444$ sehingga diketahui nilai KD atau nilai kontribusinya sebesar 42,38%.

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis secara simultan adalah 0,651. 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 didapati $r_{hitung} = 0,651$. Pada taraf signifikan 5% didapati $r_{tabel} = 0,444$. dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,651 > 0,444$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi antara variabel X_1 dan X_2 ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis.

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai siswa SSB mempengaruhi kemampuannya dalam melakukan ketepatan *shooting* sepakbola, ini menandakan bahwa koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai mempunyai kontribusi yang baik terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis. koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai akan memaksimalkan kemampuan siswa SSB sewaktu *shooting* sepakbola dengan tepat kearah gawang.

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap ketepatan *shooting* sepakbola sebesar 42,38%. Nilai kontribusi

ini cukup besar untuk mempengaruhi kemampuan *shooting* sepakbola seseorang, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi kemampuan *shooting* sepakbola namun faktor koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai ini merupakan faktor penting yang harus dimiliki secara maksimal oleh seorang pemain sepakbola.

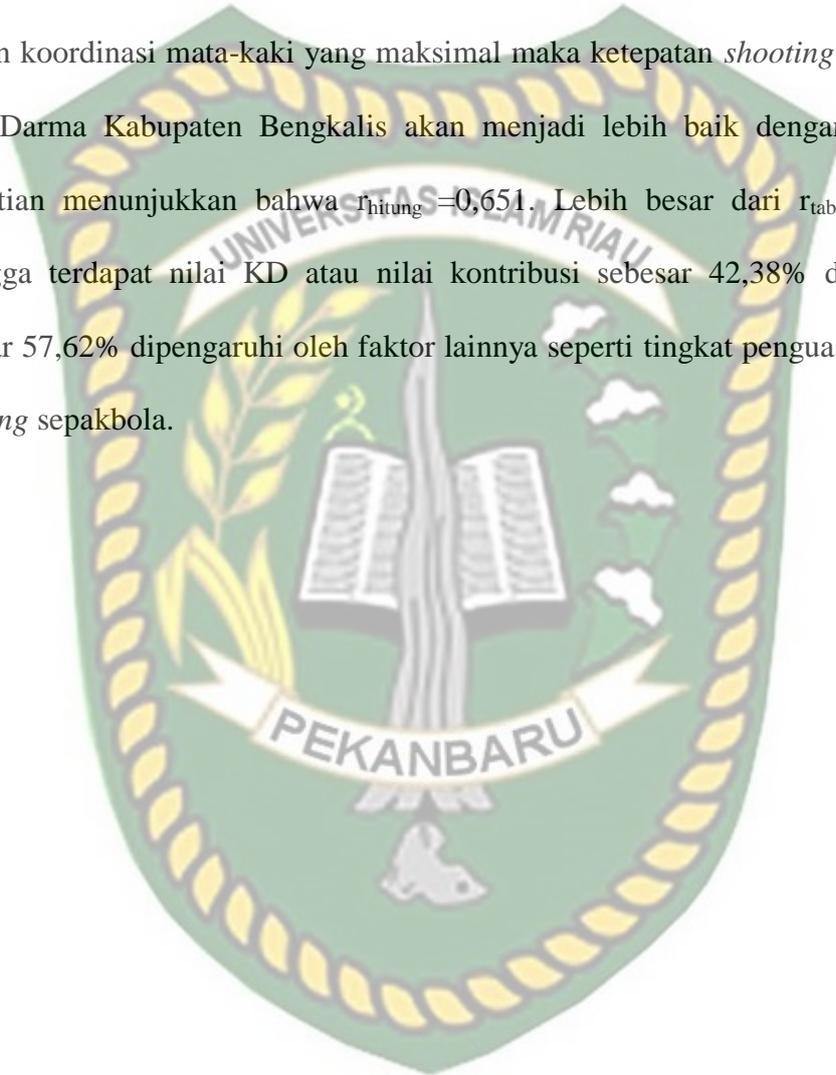
Berdasarkan hasil dari penelitian ini sudah terbukti bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola. Kontribusi tersebut ada sewaktu siswa *shooting* bola, ketika siswa melihat sasaran di gawang kemudian syaraf otak memberikan respon kepada otot tungkai untuk melakukan tendangan yang keras sehingga secara bersamaan koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai membuat bola meluncur dengan cepat dan tepat ke arah gawang yang dituju.

Hasil penelitian ini menandakan bahwa koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai yang dimiliki oleh siswa sangat berpengaruh terhadap ketepatan *shooting*nya, semakin baik koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai siswa SSB, maka akan semakin baik pula ketepatan *shooting* sepakbolanya.

Selain koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai faktor lain yang juga mempunyai kontribusi sewaktu siswa *shooting* bola seperti tingkat penguasaan teknik *shooting* yang dimiliki oleh siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis. Pengetahuan teknik *shooting* yang maksimal akan menghasilkan tendangan yang bagus ke arah gawang, karena dengan penguasaan teknik *shooting*

siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis akan percaya diri dalam mengeksekusi bola.

Dari pemaparan di atas, telah dibuktikan melalui penelitian ini, bahwa dengan koordinasi mata-kaki yang maksimal maka ketepatan *shooting* siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis akan menjadi lebih baik dengan data penelitian menunjukkan bahwa $r_{hitung} = 0,651$. Lebih besar dari $r_{tabel} = 0,444$, sehingga terdapat nilai KD atau nilai kontribusi sebesar 42,38% dan sisanya sebesar 57,62% dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti tingkat penguasaan teknik *shooting* sepakbola.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis dengan nilai $r_{hitung} = 0,575 > r_{tabel} = 0,444$ dengan nilai KD = 33,06%.
2. Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis dengan nilai $r_{hitung} = 0,485 > r_{tabel} = 0,444$ dengan nilai KD = 23,52%.
3. Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki dengan daya ledak otot tungkai pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis dengan nilai $r_{hitung} = 0,345 > r_{tabel} = 0,444$ dengan nilai KD = 11,90%.
4. Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola pada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis dengan nilai $r_{hitung} = 0,651 > r_{tabel} = 0,444$ dengan nilai KD = 42,38%.

Berdasarkan hasil perhitungan maka dapat diketahui bahwa nilai kontribusi koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* sepakbola siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis sebesar = 42,38%.

B. Saran

1. Kepada siswa SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis untuk dapat melatih unsur fisik yang dimiliki khususnya koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai, karena dengan kedua unsur tersebut ketepatan *shooting* sepakbola dapat lebih dimaksimalkan.
2. Bagi Guru yang bertindak sebagai pelatih, disamping melatih teknik *shooting* bola juga diimbangi dengan latihan fisik seperti latihan koordinasi mata-kaki dan daya ledak otot tungkai agar ketepatan *shooting* sepakbola siswa semakin baik.
3. Kepada pengurus SSB Setia Darma Kabupaten Bengkalis untuk lebih memperhatikan kelengkapan sarana dan prasarana latihan fisik siswa, karena dengan fisik yang baik maka kemampuan teknik siswa juga akan meningkat.
4. Kepada peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ketepatan *shooting* sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. Rineka cipta
- Arsil. 2010. *Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Malang. Wineka Media
- Bafirman. 2008. *Buku Ajar Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Depdikbud. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta. Balai Pustaka
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta: Dedikbud, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Irawadi, Hendri. 2011. *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.UNP.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta. Sebelas Maret University Press
- Kurniawan, Feri. 2012. *Buku Pintar Olahraga Mens Sana In Corpore Sano*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Luxbacher. Joseph A. 2012. *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. 2003. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Pakar Raya : Pakarnya Pustaka.
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Sucipto. 2000. *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP
- Syaifuddin. 2009. *Anatomi Tubuh Manusia Untuk Mahasiswa Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Tony Charles & Stuart Rook. 2012. *Sesi Latihan Sepakbola Untuk Pemain Muda*. Jakarta: PT. Indeks.

Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 Tantang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Kemenegpora.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau