

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA DAN KAKI DENGAN AKURASI *SHOOTING* PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
SMP NEGERI 2 BANGUN PURBA**

SKRIPSI



OLEH:

DENI KUSUMA
NIM. 2134034

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
KABUPATEN ROKAN HULU
2025**

LEMBAR PENGESAHAN DEKAN

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Pasir Pengaraian

Menyatakan bahwa

DENI KUSUMA

NIM. 2134045

Telah menyelesaikan ujian akhir untuk Pendidikan Strata I (S1)

Pada Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Pada tanggal 29 September 2025

Dekan FKIP



Dr. PIPTI RAHAYU, M.Pd

NIP. 198601312009032002

LEMBAR PENGESAHAN TIM PEMBIMBING

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA DAN KAKI DENGAN AKURASI *SHOOTING*
PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
SMP NEGERI 2 BANGUN PURBA**

SKRIPSI

NAMA : DENI KUSUMA

NIM : 2134045

Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Disetujui Oleh

Pembimbing I



Lolita Manurizal, M.Pd., AIFO

NIDN. 1002039001

Pembimbing II

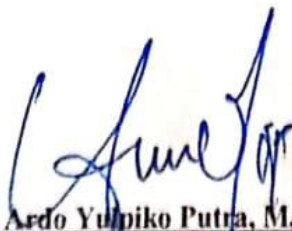


Riwaldis Putra, M.Pd

NIDN. 1020099201

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan



Dr. Ardo Yulpiko Putra, M.Kes

NIDN. 1019078901

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dengan ini menyatakan bahwa

DENI KUSUMA

NIM. 2134045

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji dari Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FKIP UPP Pada tanggal 29 September 2025 sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Lolia Manurizal, M.Pd., AIFO
NIDN. 1002039001
Ketua
2. Riwaldi Putra, M.Pd
NIDN. 1020099201
Sekretaris
3. Dr. Ardo Yulpiko Putra, M.Kes
NIDN. 1019078901
Anggota
4. Aluwis, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1008018805
Anggota
5. Ridwan Sinurat, S.Pd., M.Or
NIDN. 1003039301
Anggota



LEMBAR PERSYARATAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : DENI KUSUMA
NIM : 2134045
Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Universitas Pasir Pengaraian

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi saya dengan judul: **“Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Dengan Akurasi Shooting Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 2 Bangun Purba”**, adalah benar merupakan hasil karya saya dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Apabila suatu saat saya terbukti melakukan plagiat maka saya bersedia diproses dan menerima sanksi akademis maupun hukum sesuai dengan ketentuan yang berlaku, baik institusi Universitas Pasir Pengaraian maupun di masyarakat dan hukum negara.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan rasa tanggung jawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.

Pasir Pengaraian, 29 September 2025
Yang menyatakan



DENI KUSUMA
NIM. 2134045

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA DAN KAKI DENGAN AKURASI *SHOOTING* PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
SMP NEGERI 2 BANGUN PURBA**

DENI KUSUMA

Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Pasir Pengaraian
2025

ABSTRAK

Akurasi *shooting* merupakan keterampilan dasar yang sangat krusial dalam permainan futsal, karena berfungsi sebagai penentu utama keberhasilan mencetak gol.. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi parsial dan simultan antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Akurasi *Shooting* siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasi dengan melibatkan sampel berjumlah 12 siswa ekstrakurikuler futsal. Pengumpulan data dilakukan melalui tes *Vertical Jump* (Daya Ledak Otot Tungkai) , *Soccer Wall Volley Test* (Koordinasi Mata-Kaki) , dan Tes Akurasi *Shooting*. Data dianalisis menggunakan uji korelasi sederhana dan regresi berganda.

Hasil analisis menunjukkan Daya Ledak Otot Tungkai memiliki kontribusi yang signifikan dan positif terhadap Akurasi *Shooting* (Sig. = 0,000). Koordinasi Mata-Kaki juga memberikan kontribusi yang signifikan dan positif terhadap Akurasi *Shooting* (Sig. = 0,028). Secara simultan, kedua variabel (Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki) berkontribusi sangat signifikan terhadap Akurasi *Shooting* (Sig. = 0,000), dengan koefisien determinasi (*R Square*) yang sangat tinggi, yaitu 97,5%.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat kontribusi yang signifikan dan sangat kuat antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki secara bersama-sama terhadap Akurasi *Shooting* siswa ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 2 Bangun Purba. Hal ini menunjukkan bahwa program latihan perlu difokuskan pada peningkatan kedua komponen fisik tersebut untuk mengoptimalkan performa *shooting*.

Kata Kunci: Latihan Sepak Bola Empat Gawang, *Passing Stopping*.

**THE CONTRIBUTION OF LEG MUSCLE EXPLOSIVE POWER AND EYE-
FOOT COORDINATION TO SHOOTING ACCURACY IN FUTSAL
EXTRA-CURRICULAR STUDENTS OF
SMP NEGERI 2 BANGUN PURBA**

DENI KUSUMA

*Sports and Health Education Study Program
Faculty of Teacher Training and Education
Pasir Pengaraian University
2025*

ABSTRACT

Shooting accuracy is a crucial fundamental skill in futsal, serving as the main determinant of successful goal scoring. This study aims to analyze the partial and simultaneous contribution of Leg Muscle Explosive Power and Eye-Foot Coordination to students' Shooting Accuracy. A quantitative correlational research method was used, involving a sample of 12 futsal extra-curricular students. Data collection was conducted through specific tests, namely the Vertical Jump Test (for Leg Muscle Explosive Power), the Soccer Wall Volley Test (for Eye-Foot Coordination), and the Shooting Accuracy Test. The data were then analyzed using simple correlation and multiple regression tests.

The analysis results indicate that Leg Muscle Explosive Power has a significant and positive contribution to Shooting Accuracy (Sig. = 0.000). Eye-Foot Coordination also provides a significant and positive contribution to Shooting Accuracy (Sig. = 0.028). Simultaneously, both variables (Leg Muscle Explosive Power and Eye-Foot Coordination) contribute highly significantly to Shooting Accuracy (Sig. = 0.000), with a very high coefficient of determination (R Square = 97.5%).

The conclusion of this research is that there is a significant and very strong contribution from the combined Leg Muscle Explosive Power and Eye-Foot Coordination towards the Shooting Accuracy of the futsal extra-curricular students at SMP Negeri 2 Bangun Purba. This suggests that the training program needs to focus on enhancing both physical components to optimize shooting performance.

Keywords: *Leg Muscle Explosive Power, Eye-Foot Coordination, Shooting Accuracy, Futsal.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Proposal Penelitian ini dengan judul **“Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata dan Kaki dengan Akurasi *Shooting* pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 2 Bangun Purba”**. Penulisan Proposal Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pasir Pengaraian.

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

1. Ibu Lolita Manurizal, M.Pd selaku Pembimbing I dan Bapak Riwaldi Putra, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah sabar memberikan bimbingan serta arahan dalam penyelesaian Skripsi ini
2. Dr. Ardo Yulpiko Putra M.Kes selaku Penguji I, Aluwis S.Pd, M.Pd selaku Penguji II, Ridho Sinurat, M.Or selaku Penguji III yang telah memberikan saran dan masukan dalam Skripsi ini
3. Bapak Dr.Ardo Yulpiko Putra, M.Kes Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan.

4. Dr. Pipit Rahayu, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Hasil Penelitian.
5. Dr. Hardianto, S.Pd., M.Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan perkuliahan ini.
6. Bapak Ibu Tata Usaha FKIP yang dengan sabar dan banyak meluangkan waktu untuk selalu memberikan pelayanan terbaiknya kepada peneliti hingga Proposal Penelitian ini selesai.
7. Pembina Ekstrakurikuler Futsal bapak Safi'i S.Pd yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Bangun Purba.
8. Pemain Futsal SMP Negeri 2 Bangun Purba yang telah bersedia untuk menjadi sampel dalam penelitian ini.
9. Kedua orang tua tercinta Ayahanda Sudarman Susilo dan Ibunda Ardani Purwanti yang telah memberikan do'a bimbingan serta dukungan moral dan materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan Proposal Penelitian ini.
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Angkatan 2021/2022 yang tidak dapat disebutkan satu persatu terimakasih semuanya semoga bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan di ridhoi oleh Allah SWT. Aamiin.

Peneliti menyadari bahwa Proposal Penelitian ini masih mempunyai kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan guna melengkapi segala kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan penulisan Proposal Penelitian ini. Akhir kata semoga Proposal

Penelitian ini memberikan manfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi penelitian selanjutnya serta bagi pengembangan Ilmu Pendidikan di seluruh Indonesia.

Pasir Pengaraian, September 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN DEKAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	iv
LEMBAR PERSYARATAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Kajian Teori	9
2.1.1 Pengertian Daya Ledak Otot Tungkai	9
2.1.2 Pengertian Koordinasi Mata-Kaki	10
2.1.3 Pengertian Akurasi <i>Shooting</i>	11
2.2 Penelitian yang Relevan	12
2.3 Kerangka Konseptual	14
2.4 Hipotesis Penelitian	17

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian	18
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	19
3.3 Populasi dan Sampel	19
3.4 Defenisi Operasional Penelitian	19
3.5 Instrumen Penelitian	20
3.6 Teknik Pengumpulan Data	21
3.7 Teknik Analisis Data	25

BAB IV. HASIL PENELITIAN

4.1 Deskripsi Data	28
4.2 Penyajian Persyaratan Analisis	34
4.3 Pengujian Hipotesis	39
4.4 Pembahasan.....	43

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	47
5.2 Saran	47

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN.....

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	17
Gambar 3.1 Disain Penelitian	18
Gambar 3.2 Vertical Jump	22
Gambar 3.3 Lapangan Soccer Wall Volley Test.....	24
Gambar 3.4 Test Akurasi <i>Shooting</i>	25
Gambar 4.1 Histogram Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	30
Gambar 4.2 Histogram Data Kepercayaan Diri	33
Gambar 4.3 Histogram Data Akurasi <i>Shooting</i>	34

DAFTAR TABEL

Table 4.1 Distribusi Frekuensi Data Hasil Daya Ledak Otot Tungkai	29
Table 4.2 Distribusi Frekuensi Data Koordinasi Mata Dan Kaki	31
Table 4.3 Distribusi Prekuensi Data Hasil Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i>	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Rekap Data Hasil Penelitian.....	50
Lampiran 2 Rumus Klasifikasi Dan Sajian Olah Data Spss.....	51
Lampiran 3 Tabel Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal	60
Lampiran 4 Tabel Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	61
Lampiran 5 Tabel Harga Kritik Dari <i>Product Moment</i>	62
Lampiran 6 Nilai Persentil	63
Lampiran 7 Nilai-Nilai Untuk Distribusi F	64
Lampiran 8 Surat Penelitian.....	65
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	66