SUMBANGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI, PANJANG TUNGKAI DAN KETERAMPILAN TIMANG - TIMANG BOLA TERHADAP KETEPATAN TENDANGAN KE ARAH GAWANG PADA SSB BHALADIKA SEMARANG TAHUN 2010

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian Studi Strata 1
Guna mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

Akhbar Suprayoga

6301406528

PERPUSTAKAAN
UNNES

PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2011

SARI

Akhbar Suprayoga, 2010. *Sumbangan Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai dan Keterampilan Timang -timang Bola terhadap Ketepatan Tendangan ke Arah Gawang pada SSB Bhaladika Tahun 2010.* Skripsi Jurusan PKLO FIK UNNES.

Permasalahan yang hendak dikaji dalam penelitian ini adalah : 1) Adakah sumbangan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang?, 2) Adakah sumbangan panjang tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang?, 3) Adakah sumbangan keterampilan timang-timang bola terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang?, dan 4) Adakah sumbangan kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan keterampilan timang-timang terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang?. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar sumbangan: 1)Kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang, 2)Panjang tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang, 3)Keterampilan timang-timang bola terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang, dan 4)Kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan keterampilan timang-timang terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang.

Populasi penelitian ini adalah yang berlatih di SSB Bhaladika umur 15 tahun sebanyak 17 orang. Pengambilan sampel penelitian dengan teknik *purposive sample*. Variabel dalam penelitian ini yaitu kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan keterampilan timang-timang sebagai variabel bebas serta ketepatan tendangan ke arah gawang sebagai variabel terikat. Metode pengumpulan data menggunakan survei dengan teknik tes dan pengukuran. Selanjutnya data yang diperoleh dari tes dan pengukuran tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis regresi.

Hasil analisis data diperoleh: 1) Nilai *partial correlation* kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar $(0,736)^2$dan berarti ada sumbangan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar 54,17%. 2) Nilai *partial correlation* panjang tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar $(0,573)^2$ dan berarti ada sumbangan panjang tungkai terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar 32,83%. 3) Nilai *partial correlation* keterampilan timang-timang bola terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar $(0,920)^2$ dan berarti ada sumbangan keterampilan timang-timang bola terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar 84,64%. 4) Koefisien determinasi (R^2) kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan keterampilan timang-timang terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar 0,840, berarti ada sumbangan kekuatan otot tungkai, panjang tungkai dan keterampilan timang-timang terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang sebesar 84%.

Saran dari hasil penelitian ini dengan melihat kenyataan tersebut di atas maka dapat disarankan : 1) Diharapkan siswa banyak menambah beban latihan khusus untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai. 2) Diharapkan siswa banyak melakukan latihan timang-timang bola untuk meningkatkan teknik memainkan bola. Selain untuk meningkatkan teknik memainkan bola, latihan timang-timang juga mempengaruhi *ballfeeling* pemain.