HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT KAKI DAN DAYA TAHAN DENGAN KETEPATAN MENENDANG BOLA PADA SISWA KELAS IV DAN V SEMESTER 1 SDN PAGERWOJO 01 KECAMATAN KESAMBEN KABUPATEN BLITAR TAHUN PELAJARAN 2015/2016

S K R I P S I

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S-1)
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Oleh :

RISNAL NOVANANDA

NPM : 11.1.01.09.1099

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2016

HALAMAN PENGAJUAN

Skripsi atas nama : RISNAL NOVANANDA
NPM : 11.1.01.09.1099
Prodi / Fakultas : Penjaskesrek / Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Hubungan antara Kekuatan Otot Kaki dan Daya Tahan dengan Ketepatan Menendang Bola pada Siswa Kelas IV dan V SDN PAGERWOJO 01 Kecamatan Kesamben Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2015/2016

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian Program Studi Penjaskesrek pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Tanggal : 17 Mei 2016

Dosen Pembimbing I,	Dosen Pembimbing II,
Wasis Himawanto, M.or	**Puspodari, M.Pd.**
NIDN.0723128103	**NIDN.0709059001**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama : RISNAL NOVANANDA
NPM : 11.1.01.09.1099
Prodi / Fakultas : Penjaskesrek / Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Hubungan antara Kekuatan Otot Kaki dan Daya Tahan dengan Ketepatan Menendang Bola pada Siswa Kelas IV Dan V SDN PAGERWOJO 01 Kecamatan Kesamben Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2015/2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji pada tanggal 30 Mei 2016 dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan.

PANITIA PENGUJI

		Tanda Tangan
1. Ketua	: Wasis Himawanto, M.Or	
3. Penguji I	: Septyaning Lusianti, M.Pd	
4. Penguji II	: Puspodari, M.Pd	

Mengetahui dan Mengesahkan
Dekan FKIP,

Dr.Hj.Sri Panca Setyawati,M.Pd
NIDN.716046202

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT KAKI DAN DAYA TAHAN DENGAN KETEPATAN MENENDANG BOLA PADA SISWA KELAS IV DAN V SEMESTER 1 SDN PAGERWOJO 01 KECAMATAN KESAMBEN KABUPATEN BLITAR TAHUN PELAJARAN 2015/2016

RISNAL NOVANANDA
11.1.01.09.1099
FKIP-PENJASKESREK
Arizharbisa@rocketmail.com
Wasis Himawanto, M.or dan Puspodari, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

RISNAL NOVANANDA. NPM : 11.1.01.09.1099. "Hubungan antara Kekuatan Otot Kaki dan Daya Tahan dengan Ketepatan Menendang Bola pada Siswa Kelas IV Dan V SDN PAGERWOJO 01 Kecamatan Kesamben Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2015/2016." SKRIPSI. Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri. 2015. Prestasi olahraga bukan sekedar kemampuan orang seorang atau sekelompok dan perkumpulan untuk meningkatkan prestasinya akan tetapi lebih dari pada itu menyangkut harkat dan martabat. Salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola adalah menggiring bola, menendang bola, mengontrol bola, untuk mendukung teknik di atas diperlukan kekuatan dan daya tahan maka perlu diadakan penelitian lebih lanjut. Bahwa semua teknik dan ketrampilan bisa menjadi lebih baik jika seorang atlit sepak bola mempunyai unsur-unsur kondisi fisik yang mendukung diantaranya, kekuatan otot kaki dan daya tahan. Kekuatan otot akan mempengaruhi terhadap power atau tenaga ledak otot disamping kecepatan rangsang saraf dan kecepatan kontraksi otot. Dengan kata lain, tenaga berbanding terbalik dengan waktu. Kekuatan otot merupakan faktor potensial dalam ketepatannya untuk melakuakan shooting (tendangan).

Penelitian ini dilakukan di lapangan umum SDN PAGERWOJO 01. Sampel di dalam penelitian ini sebanyak 30 siswa terdiri dari siswa Kelas IV Dan V SDN PAGERWOJO 01 Kecamatan Kesamben Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2015/2016.

Kesimpulan yang dapat kami kemukakan dari penelitian ini, adalah sebagai berikut :

1. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dengan ketepatan shooting taraf signifikan, karena korelasi kekuatan otot kaki dengan ketepatan shooting menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,929 dibulatkan 0,93.
2. Ada hubungan yang signifikan daya tahan tubuh dengan ketepatan shooting taraf signifikan, karena korelasi daya tahan tubuh dengan ketepatan shooting menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,921 dibulatkan 0,92.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dan daya tahan tubuh dengan ketepatan shooting pada permainan sepak bola taraf signifikan,karenakorelasi kekuatan otot kaki dan daya tahan tubuh dengan ketepatan shooting menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,926 dibulatkan 0,92.

Kata Kunci

Hubungan Kekuatan Otot Kaki,Daya Tahan,Ketepatan Menendang Bola.

1. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman yang semakin meningkat yang banyak ditandai dengan munculnya, alat-alat modern dan makin meningkatnya bidang ilmu pengetahuan dan teknologi ini sangat berpengaruh terhadadap kehidupan manusia. Seperti telah diketahui di dalam kehidupan sehari-hari semua makhluk yang ada di dunia ini memerlukan gerak, Demikian juga manusia merupakan makhluk yang aktif, mereka banyak memerlukan gerak. Kodrat manusia sejak lahir sudah dikaruniai sifat-sifat dasar tumbuh dan berkembang, lebih-lebih untuk menjaga serta memelihara keseimbangan antara jasmani dan rohani yang sehat maka kebutuhan gerak ini harus dipenuhi. Salah satu diantara macam-macam aktifitas fisik yang banyak digemari oleh manusia adalah olahraga.

Pada kehidupan modern seperti saat ini dapat dirasakan bahwa olahraga mempunyai pengaruh dan memegang peranan yang sangat penting, disamping sebagai alat rekreasi juga sebagai alat pendidikan. Pendidikan dan olahreaga adalah merupakan kebulatan dan suatu keharusan yang adanya dalam proses pendidikan untuk membina dan mengembangkan fisik yang sehat. Adapun tujuan dari pada pendidikan olahraga itu menurut S. Soekarjo (1986 : 13) sebagai berikut:

1. Mendidik supaya anak melakukan kegiatan olahraga.
2. Mendidik anak supaya sehat dan kuat.
3. Mendidik anak menjadi anak sportif.
4. Mendidik anak supaya berakhlak baik mempunyai rasa tanggng jawab.
5. Mendidik anak supaya menjadi seorang yang berkepribadian baik berguna bagi nusa dan bangsa.
6. Meningkatkan pertumbuhan anak supaya tetap sehat dan kuat.

Olahraga adalah suau kegiatan fisik yang banyak digemari masyarakat dan memiliki fungsi serta peranan yang penting bagi kesehatan. Berdasarkan pengetahuan umum olahraga, yang memuat pengertian umum mengenai olahraga sebagai berikut : “Olahraga adalah kegiatan manusia yang wajar sesuai dengan kodrat Ilahi untuk mendorong, mengembangkan dan membina potensi-potensi fisik, mental dan rohani demi kebahagiaan dan kesejahteraan pribadi dan masyarakat.”

II. METODE

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan gejala yang menjadi fokus untuk diamati (Sugiyono, 1992 : 2). Variabel itu sebagai atribut dari sekelompok orang atau obyek yang

mempunyai variasi antara satu dengan yang lainnya dalam kelompok itu. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 (dua) variabel bebas dan 1 (satu) variabel terikat. Variabel bebas dilambangkan dengan (X) dan variabel terikat dilambangkan dengan (Y)

B. Teknik dan Pendekatan Penelitian

Hipotesis hubungan (asosiatif) adalah suatu pertanyaan yang menunjukkan dugaan tentang hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 1998 : 86). Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode asosiatif yakni suatu pertanyaan penelitian yang bersifat hubungan dua variabel atau lebih dalam bentuk hubungan interaktif timbal bali i hubungan yang saling mempengaruhi (Tuckman : 1988).

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pagerwojo, tepatnya dilapangan umum SDN pagerwojo 01. Penelitian ini dilakukan sejak mendapat persetujuan dari Kepala SDN pagerwojo 01 sampai selesainya penulisan laporan dan penggandaan naskah laporan.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Setelah mengumpulan data dan menganalisisnya, maka kesimpulan yang dapat kami kemukakan dari penelitian ini, adalah sebagai berikut :

4. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dengan ketepatan *shooting* taraf signifikan, karena korelasi kekuatan otot kaki dengan ketepatan *shooting* menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,929 dibulatkan 0,93.
5. Ada hubungan yang signifikan daya tahan tubuh dengan ketepatan *shooting* taraf signifikan, karena korelasi daya tahan tubuh dengan ketepatan *shooting* menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,921 dibulatkan 0,92.
6. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dan daya tahan tubuh dengan ketepatan *shooting* pada permainan sepak bola taraf signifikan, karena korelasi kekuatan otot kaki dan daya tahan tubuh dengan ketepatan *shooting* menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,926 dibulatkan 0,92.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Engkos Kosasih, 1985. Olah Raga Untuk Teknik dan Program Latihan. Jakarta Akademi Presindo.

Hadi Sutrisno, 1983, Statistik Jilid 2. Cetakan keenam, Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psykologi UGM.

Lukman OT, 1990, Biomekanika. Surabaya, Penerbit : IK1P KOSGORO Surabaya.

Muhammad Sajoto, 1988, Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga. Jakarta : Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Penataran Para Dosen SGO Serta Guru SMEA, 1976, Tes Ketangkasan Berolahraga. Yogyakarta : Proyek Pembinaan Pendidikan Olahraga, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Poerwodarminto WJS, 1984, Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta : Balai Pustaka.

Sudjana, 1986, Buku Metode Statistik, Bandung : CV. Tarsito. Sekretariat Negara, 1999, TAP MPR No. 1V/MPR/1999 Tentang Garis-garis Besar Haluan Negara (GBHN) Jakarta : Sekretariat Negara.

Suharno, HP, 1982, Ilmu Coaching Umum. Terbitan Yang Baru. Yogyakarta : FKIK 1K1P Yogyakarta.

Soekardjo, 1988, Evaluasi Hasil Belajar di Bidang Keolahragaan. Surabaya : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

Suharjo Drs. dan J.Larope Drs. 1987, Buku Pendidikan Jasmani. Surabaya: PT Karunia.

Wiyata TJ, 1989, Pedoman Penulisan Skripsi. Kediri : Yayasan Penerbit IK1P PGRI Kediri.