

ARTIKEL
HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI, *POWER* OTOT
TUNGKAI, KESEIMBANGAN DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI
DENGAN KETEPATAN *SHOOTING* BOLA KAKI DALAM PADA
SISWA SSB PUTRA BUANA PARE
USIA 12 TAHUN



Oleh:

ACHMAD ZAINUL WALID ZUHRIAMIN

14.1.01.09.051

Dibimbing oleh :

1. M. Akbar Husein Allsabab, M.Or

2. Weda, M.Pd

PROGRAM STUDI PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
TAHUN 2019





**SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019**

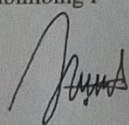
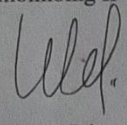
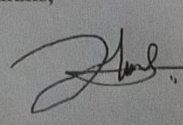
Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Achmad Zainul Walid Zuhriamin
NPM : 14.1.01.09.0051
Telepon/HP : 085755994320
Alamat Surel (Email) : zainulwalid234@gmail.com
Judul Artikel : Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, *Power* Otot Tungkai, Keseimbangan Dan Koordinasi Mata Dan Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Bola Kaki Dalam Pada Siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun
Fakultas – Program Studi : Fkip - Penjaskesrek
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nisantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jl.K.H.Achmad Dahlan No.76 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ke tidak sesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 23 Juli 2019
Pembimbing I  M. Akbar Husein Allsabab, M.Or NIDN.0727089001	Pembimbing II  Weda, M.Pd NIDN.0721088702	Penulis,  Achmad Zainul Walid Z NPM .14.1.01.09.0051

Achmad Zainul Walid Zuhriamin |
14.1.01.09.0051
FKIP – Penjaskesrek

simki.unpkediri.ac.id
|| 1 ||

JUDUL

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI, *POWER* OTOT TUNGKAI, KESEIMBANGAN DAN KOORDINASI MATA DAN KAKI DENGAN KETEPATAN *SHOOTING* BOLA KAKI DALAM PADA SISWA SSB PUTRA BUANA PARE USIA 12 TAHUN

ACHMAD WALID ZAINUL ZUHRIAMIN

14.1.01.09.0051

FKIP – Penjaskesrek

zainulwalid234@gmail.com

M. Akbar Husein Allsabah, M.Or

Weda M.Pd

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi hasil pengamatan peneliti manusia tidak dapat di pisahkan oleh olahraga. Seperti masyarakat yang berada di negara masing-masing, masyarakat di indonesia juga menggemari berbagai macam cabang olahraga. Olahraga permainan sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang digemari dan sangat dikenal oleh masyarakat indonesia. Permasalahan penelitian ini adalah : hubungan antara kekuatan otot tungkai, *power* otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata dan kaki dengan ketepatan *shooting* bola menggunakan kaki dalam pada siswa SSB putra buana pare usia 12 tahun". Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional dengan subyek penelitian populasinya adalah "sejumlah 30 siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun dan Sampel yang diambil dari penelitian ini sebanyak 30 anak SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun. Hasil dari penelitian ini adalah besarnya kekuatan otot tungkai, *power* otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam sebesar 49,7%, sedangkan sisanya sebesar 50,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kesimpulan yang dari penelitian ini adalah : (1). Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun. (2). Ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun. (3). Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun. (4). Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun. (5). Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai, *power* otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun.

KATA KUNCI : Kekuatan Otot Tungkai, *Power* Otot Tungkai, Keseimbangan Dan Koordinasi Mata.

I. LATAR BELAKANG

Manusia tidak dapat di pisahkan oleh olahraga. Seperti masyarakat yang berada di negara masing-masing, masyarakat di Indonesia juga menggemari berbagai macam cabang olahraga. Olahraga permainan sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang digemari dan sangat dikenal oleh masyarakat Indonesia. Hal ini bisa dibuktikan dengan banyaknya masyarakat yang memainkannya, baik masyarakat di wilayah perkotaan maupun di wilayah pedesaan. Seseorang melakukan olahraga ini, dengan tujuan yang berbeda-beda dan sesuai dengan tujuan masing-masing individu, baik bertujuan sebagai arena prestasi, untuk menjaga kebugaran tubuh atau sekedar untuk *hobby*. Sepakbola yaitu permainan tersebut membangkitkan keinginan dan emosi yang tidak sama dengan olahraga lainnya. Sepakbola sendiri merupakan sesuatu yang umum di antara orang-orang dengan latar

belakang dan keturunan yang berbeda-beda. Sebuah jembatan yang menghubungkan jenjang ekonomi, politik, kebudayaan dan agama. Sepakbola merupakan olahraga nasional hampir di seluruh negara di Asia, Afrika, Eropa dan Amerika selatan. Olahraga ini merupakan satu-satunya jenis permainan bola kaki yang dimainkan di Olimpiade. Berjuta-juta orang lebih memilih untuk menyaksikan *World Cup*, pertandingan sepakbola internasional, daripada menyaksikan *Super Bowl* dan *World Series*. Tanpa diragukan lagi, sepakbola merupakan olahraga yang paling terkenal.

Permainan sepakbola merupakan permainan yang menggunakan kaki dalam permainannya kecuali penjaga gawang boleh menggunakan tangannya untuk memainkan bola selama 90 menit waktu normal pertandingan.. Digemari oleh masyarakat perkotaan

sampai pedesaan. Sepakbola adalah olahraga yang dimainkan dengan cara menggiring dan menendang bola ke gawang lawan hingga masuk, oleh kedua tim yang saling berhadapan. Permainan ini sering dimainkan oleh semua kalangan masyarakat, baik anak-anak, remaja dan sampai orang dewasa. Sehingga tidak salah jika olahraga ini disebut sebagai olahraga rakyat dan menjadi salah satu olahraga yang paling digemari oleh masyarakat. Sepakbola merupakan olahraga yang memerlukan banyak tenaga, dalam memainkannya. Pemain dituntut mengarahkan semua tenaga yang dimilikinya selama permainan dimulai hingga peluit tanda berakhirnya permainan. Untuk dapat melakukan itu seorang pemain dituntut untuk memiliki kesegaran jasani yang baik, karena dengan dukungan kesegaran jasmani yang

baik diharapkan seorang pemain atau atlet dapat bermain dengan baik. Jika seorang pemain memiliki kondisi fisik yang baik, dia akan memiliki beberapa keuntungan yang akan menjadikan pemain dapat meningkatkan kemampuan sistem sirkulasi kerja jantung, peningkatan dalam kekuatan, kelentukan, stamina, kekuatan otot tungkai dan lain-lain dari komponen fisik.

Sepakbola sendiri telah dikenal sejak ribuan tahun yang lalu merupakan olahraga yang paling populer dan digemari oleh masyarakat. Hingga saat ini belum diketahui dari mana permainan sepakbola ini dan siapa penciptanya. Banyak daerah dikenal telah memainkan permainan ini. Misalnya sepakbola telah dikenal di china sekitar 2500 tahun yang lalu. Mereka telah memainkan sejenis sepakbola dengan menggunakan bola

yang terbuat dari kulit hewan. Mereka menamakan permainan ini dengan nama *Tsu Chu*. Suku di polinesia telah memainkan sejenis permainan sepakbola. Mereka membuat bola dari bambu. Begitu juga orang-orang *Eskimo* (Inuit) telah mengenal sepakbola. Mereka juga menggunakan bola dari kulit binatang. Jadi sampai sekarang para ahli belum memecahkan siapa pencipta permainan sepakbola dan dari mana asli dari permainan sepakbola ini.

Sepakbola *modern* telah lahir di Inggris. Hal ini ditandai denganberdirinya organisasi sepakbola *The Football Association* (FA). Setelah itu pada tahun 1882 didirikannya suatu badan peraturan permainan persepakbolaan yang diberi nama *International Board* (IB). Pada tahun 1904, lahirlah organisasi sepakbola tingkat

internasional yakni *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) di paris. Sampai dengan tahun 1997, FIFA ini mempunyai anggota 200 negara dan markas FIFA berada di Zurich, Swiss. Organisasi sepakbola Indonesia (PSSI) sendiri lahir pada tanggal 19 April 1930 yang diketuai oleh Ir. Soeratin Sosrosoegondo. Sepakbola dimainkan pada lapangan yang lebih besar dari olahraga lainnya kecuali polo (dimana kuda-kuda yang paling banyak mengelukan tenaga). Peraturan permainan mencakup waktu dua kali 45 menit, tanpa *time out* dan hanya sedikit pergantian pemain. Permainan ini merupakan permainan beregu yang terdiri dari sebelas pemain, salah satu bertindak sebagai penjaga gawang, permainan seluruhnya menggunakan kaki,

khusus untuk penjaga gawang boleh menggunakan tangan didaerahnya.

Bisa di simpulkan bahwa sepakbola adalah permainan yang menendang bola dan di mainkan setiap tim terdiri dari 11 pemain inti dan kedua tim saling mencetak gol ke gawang lawan dengan waktu 2x 45 menit. Sepakbola sendiri digemari oleh para anak-anak dan remaja banyak sekali *event*/kompetisi-kompetisi yang di selenggarakan mulai tarkam, kompetisi antar kota hingga internasional. Saat berinjak remaja, para pemain mulai mempelajari kemampuan teknis dengan tingkat yang lebih tinggi dan cara memanfaatkan kemapuan itu dalam situasi yang realitis dan menyerupai pertandingan yang sebenarnya. Untuk menjadi seorang pemain sepakbola yang handal, seorang harus memiliki, kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelenturan

dan daya tahan yang prima disamping memiliki teknik dan taktik serta kerjasama yang baik dengan rekan kesebelasannya.

Pentingnya pembinaan sejak usia dini terhadap sepakbola membuat banyak dibentuk wadah yang membina persepakbolaan pada usia dini yang biasa dikenal dengan sekolah sepakbola (SSB), yang bertujuan untuk mengajarkan teknik, taktik dan mental dalam bermain sepakbola. Sekolah sepakbola (SSB) merupakan bentuk pembinaan sepakbola sejak usia dini atau remaja. SSB diharapkan mampu memunculkan pemain yang berkualitas yang terbentuk dari pembinaan dasar dan berkelanjutan yang senantiasa mengasah dan mempertajam keterampilan dan bakat yang dimiliki.

Perkembangan SSB di Pare sendiri sekarang sangat baik, seperti

SSB Tunas Bangsa, SSB Gagak Rimang dan juga SSB Putra Buana. SSB Putra Buana merupakan suatu wadah yang memiliki tujuan untuk membina dan melatih anak-anak hingga remaja untuk mendalami atau mengasah kemampuan sepakbola mereka. Peneliti mengamati salah satu saya melihat siswa SSB Putra Buana ini banyak yang memiliki teknik dasar sepakbola yang baik, akan tetapi banyak siswa juga dalam melakukan *shooting* bola yang baik belum maksimal. Sehingga siswa dalam melakukan *shooting* bola hanya sekedar *shooting* bola saja, hanya saja bagian kaki mana yang memiliki *shooting* bola dengan bagus.

Berdasarkan hasil wawancara terdapat hasil sebagai berikut : SSB Putra Buana tersebut dalam mengikuti pertandingan sepakbola di dalam kota tim SSB Putra Buana

dapat juara di tahun 2011. Tim SSB Putra Buana pernah mengikuti *Aqua danone nations cup* (DNC), yang merupakan sebuah ajang turnamen sepak bola anak paling bergengsi sejagat raya. DNC diselenggarakan oleh Danone Groupe, yang dimulai sejak tahun 2000. DNC diikuti oleh semua anak dengan batasan usia 12 tahun atau usia 12. Setiap tahunnya di Indonesia DNC diputar di berbagai wilayah, setiap daerah diberikan wewenang untuk mengadakan turnamen tersebut. Setiap wilayah dibagi menjadi beberapa regional wilayah. Dari setiap wilayah maka akan muncul juara yang akan mewakili wilayah asalnya yang pada fase selanjutnya akan melakoni turnamen DNC tingkat nasional dimana berkumpulnya para juara kompetisi DNC tingkat regional wilayah. Setelah menjuarai DNC tingkat

nasional maka tim tersebut berhak untuk dikirim mewakili negaranya untuk mengikuti Piala Dunia Anak. Aqua DNC bertujuan mencari bibit muda calon pemain sepak bola yang berbakat sejak usia anak-anak agar dapat menambah pengalaman bertanding serta menambah semangat anak dalam melakukan latihan setiap harinya.

Dalam proses mencapai sebuah prestasi dalam Aqua DNC bukan hanya mengandalkan keberuntungan saja, namun teknik, taktik, kerjasama tim juga yang tidak kalah pentingnya adalah soal kondisi fisik anak. Karena dalam setiap pagelaran Aqua DNC untuk hari pertama penyisihan grup sebuah tim harus bermain sampai dengan tiga kali pertandingan, dan jika lolos hari berikutnya akan langsung pada babak *knock out* (sistem gugur). Untuk itu setiap tim

haruslah mengetahui bagaimana kemampuan atau keadaan fisik siswanya jauh-jauh hari, agar dalam melakukan pertandingan yang sebenarnya dalam mengikuti Aqua DNC siswa tersebut tidak cepat kelelahan dan sanggup untuk melakukan pertandingan dengan jumlah yang banyak dalam satu harinya.

Pembinaan anak usia dini banyak dilakukan di Sekolah Sepak bola (SSB). Karena di SSB merupakan wadah dasar penampung anak yang berbakat dalam dunia persepak bolaan, oleh sebab itu banyak SSB yang mengikuti turnamen DNC tersebut. Salah satu SSB yang setiap tahunnya mengikuti turnamen DNC tersebut adalah Sekolah Sepak bola Putra Buana (SSBBP), Sekolah Sepak bola Putra Buana berasal dari kota Pare kabupaten Kediri

yang bertempat di Stadion Canda Bhirawa Pare. Lokasi tempat latihan yang strategis berada ditengah kota membuat SSBBP banyak anak yang berminat bergabung latihan disana.

Sekolah Sepak bola Buana Putra (SSBBP) mempunyai beberapa kelompok usia untuk anak didiknya, saat ini yang ada mulai anak kelahiran 2004 sampai dengan 2009 juga ada. Dalam pagelaran Aqua DNC beberapa tahun yang lalu SSBBP sempat lolos sampai pada fase *knock out* 24 besar region wilayah Jawa Timur, yang tepatnya pada pagelaran pada anak kelahiran tahun 2002. Sama seperti biasanya sebelum Aqua DNC diputar, memang anak-anak sudah sering mengikuti turnamen sepak bola yang diadakan oleh sekolah-sekolah sepak bola. Dalam turnamen yang sudah dilakoni

selama ini siswa SSBBP masih kurang daya tahannya sehingga dalam kompetisi yang ketat banyak siswa yang sudah kelelahan dalam bertanding. Untuk persiapan Aqua DNC tahun depan pada tahun 2018 yang bertepatan adalah kelompok usia 12 tahun yang mengikuti turnamen tersebut atau anak kelahiran 2006, maka banyak persiapan yang harus dilakukan untuk melakoni turnamen besar tersebut. Salah satu persiapan yang harus dilakukan adalah mengecek bagaimana kondisi fisik siswa sebelum terjun kedalam kompetisi besar seperti Aqua DNC pada tahun 2018 mendatang.

Kekuatan merupakan komponen yang sangat penting untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan karena kekuatan merupakan daya penggerak setiap aktifitas fisik. Disamping itu

kekuatan memegang peranan penting melindungi atlet dari kemungkinan cedera. Dalam melakukan *shooting bola* bahwa kekuatan otot tungkai mempunyai peranan yang sangat penting terhadap keberhasilan tumpuan.

Power otot tungkai adalah kemampuan otot untuk mengatasi beban dan tahanan dengan kecepatan kontraksi yang sangat tinggi dimana *Power* merupakan gabungan dari dua kemampuan yaitu kekuatan dan kecepatan, dimana kekuatan dan kecepatan dikerahkan maksimum dalam waktu yang sangat cepat dan singkat. Sesuai dari penjelasan Ismaryati, (2006:59) *Power* menyangkut kekuatan dan kecepatan kontraksi otot yang dinamis dan *eksplosif* serta melibatkan pengeluaran kekuatan otot yang maksimal dalam waktu

yang secepat-cepatnya. *Power* otot tungkai terjadi akibat saling memendek dan memanjang otot tungkai atas dan bawah yang didukung oleh dorongan otot kaki dengan kekuatan dan kecepatan maksimum.

Menurut Albertus fenanlampir, (2015: 166). Kesimbangan di bagi menjadi dua macam yaitu kesimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan diam, sedangkan kesimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan bergerak, misalnya berlari, berjalan, melambung, dan sebagainya. Kualitas kesimbangan dinamis bergantung pada mekanisme dalam saluran

semisirkular, persepsi kinestetik, tendon dan persendian, persepsi visual selama melakukan gerakan dan kemampuan koordinasi. Keseimbangan merupakan kemampuan yang penting karena digunakan dalam aktivitas sehari-hari, misalnya berjalan, berlari, sebagian besar olahraga dan permainan.

Istilah *shooting* atau lebih dikenal dengan tendangan ke gawang merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola ke sasaran dengan menggunakan kaki. Menurut Marhaendro dalam Hanafi, (2015:192) *Shooting* adalah tendangan ke arah gawang untuk menciptakan gol. *Shooting* mempunyai ciri khas laju bola yang sangat cepat dan keras serta sulit diantisipasi oleh penjaga gawang. Namun demikian *shooting* yang

baik harus memadukan antara kekuatan dan akurasi tembakan.

SSB Putra Buana Pare yang berada di daerah yang perkembangan sepakbolanya sudah berkembang memiliki masalah dalam bidang sarana prasarana yang dibutuhkan untuk membantu proses latihan. Misalnya untuk lapangan yang kurang rata membuat anak latih kesulitan mengontrol arah bola dan juga melakukan *shooting* bola. Lapangan yang digunakan hanya satu lapangan dan waktu latihannya bersamaan dengan semua kelompok dari usia 7-10 tahun, usia 11-14 tahun dan juga usia 15-18 tahun. Sehingga pembelajarannya kurang maksimal. Sedangkan untuk alat-alat yang tersedia untuk latihan hanya tersedia bola yang berjumlah 15 buah dengan ukuran 5, rompi dengan 3 warna yang berbeda

masing-masing warna berjumlah 12 buah, gawang mini berukuran 3x2 meter sebanyak 4 buah dengan 2 gawang yang tidak jaringnya dan *cone* 35 buah.

Masalah lainnya yaitu kondisi anak latih saat ini masih kurang baik dalam melakukan *shooting* bola dengan baik. Hal bisa dilihat, sewaktu kompetisi tanding dengan tim SSB Putra Buana.. Sehingga pada saat melakukan *shooting* bola kurang begitu maksimal, bola tidak tepat sasaran. di dalam pertandingan penguasaan bola merupakan kunci utama untuk meraih kemenangan. Banyak dari mereka juga belum bisa menerapkan materi apa yang sudah diberikan karena kurangnya disiplin dan mendengarkan saat pemberian materi berlangsung. Faktor lain yang membuat anak latih kesulitan dalam *shooting* bola

adalah lapangan yang kurang baik dan juga faktor pemain ke 12 atau biasa disebut dengan nama *supporter* yang kurang sehingga membuat anak didik kurang percaya diri.

Berdasarkan dari uraian-uraian tersebut, maka penulis memprediksikan bahwa komponen kondisi fisik seperti *power* otot tungkai, kekuatan otot tungkai serta keseimbangan sangat berpengaruh terhadap ketepatan *shooting* bola dengan kaki dalam seorang pemain sepakbola. Pentingnya non fisik sebagai pemain ssb menurut Husein, M. Akbar Sabah (2017) permainan sepakbola memiliki fisik yang baik karena pemain tersebut harus cepat, kuat dan lincah dari pemain lawan sehingga pemain sepakbola harus lebih unggul dari itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan

Antara Kekuatan Otot Tungkai, *Power* Otot Tungkai, Keseimbangan dan Koordinasi Mata Dan Kaki Dengan Ketepatan *Shooting* Bola Menggunakan Kaki Dalam Pada Siswa SSB Putra Buana Pare usia 12 Tahun.

II. METODE

A. Variabel Penelitian

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penelitian ini terdiri dari tiga variabel dimana terdiri dari tiga variabel bebas dan satu variabel terikat yaitu:

1. Kekuatan Otot Tungkai yang dilambangkan dengan X_1 .
2. *Power* Otot Tungkai yang dilambangkan dengan X_2 .
3. Keseimbangan yang dilambangkan dengan X_3 .
4. Koordinasi Mata Kaki yang dilambangkan dengan X_4 .

5. Ketepatan *Shooting* Bola Kaki Dalam yang dilambangkan dengan Y.

B. Teknik Penelitian Dan Pendekatan Penelitian

1. Teknik Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik (metode) penelitian korelasi, dimana teknik korelasi merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara 3 variabel atau lebih. Dalam penelitian ini dapat difungsikan untuk menjelaskan dan mengontrol suatu gejala. "Untuk itu dalam langkah awal pembuktiannya, maka perlu dihitung terlebih dahulu koefisien korelasi antar variabel dalam sampel, baru koefisiennya yang ditemukan diuji signifikannya" Sugiyono, (2013: 224).

2. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah

pendekatan kuantitatif dengan pengambilan data secara langsung dilapangan dengan melakukan tes kekuatan otot tungkai, *power* otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata dan kaki dengan ketepatan *shooting* bola menggunakan kaki dalam. Kuantitatif karena data berupa angka..

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Simpulan

1. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun.
2. Ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai

dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun.

4. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun.
5. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai, *power* otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata kaki dengan ketepatan *shooting* bola kaki dalam pada siswa SSB Putra Buana Pare Usia 12 Tahun.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Albertus Fenanlampir (2015). *Tes dan Pengukuran*. CV ANDI OFFSET. Yogyakarta
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Husein, M. Akbar Sabah, A (2017). *Profile Of Physical Ability Of Persik Kediri Player*. *Proceding ICSSH*, 1(1), 307-3-11



- Ismaryati, (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta. UNS. Press.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Tim Anatomi FIK UNY. (2007). *Diktat Anatomi Manusia*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.