

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI
DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN HASIL
SHOOTING EKSTRAKURIKULER FUTSAL
DI SMP NEGERI 4 SAMARINDA**

SKRIPSI



Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat Guna Mencapai Derajat
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Disusun Oleh :
Farhan Indra Wahyu Dinata
NIM. 1911102422038

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Proposal skripsi dengan judul “**Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Panjang Tungkai dengan Hasil *Shooting* Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda**” karya,

Nama : Farhan Indra Wahyu Dinata

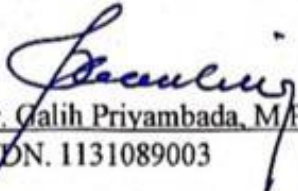
NIM : 1911102422038

Program Studi : S1 Pendidikan Olahraga

telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke Seminar Hasil Skripsi.

Samarinda, 25 Juni 2023

Pembimbing


Dr. Galih Priyambada, M/Pd., AIFMO-P
NIDN. 1131089003

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Evril Kartiningtya

NIM : 1911102422014

Alamat: Jl. Arwana F Dalam RT.16, Kel. Timbau, Kcc. Tenggarong

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik baik di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari Dosen Pembimbing Skripsi.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan tidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar akademik yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Samarinda, 20 Juni 2023

Yang membuat pernyataan,



Evril Kartiningtya
NIM. 1911102422014



HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN PANJANG TUNGKAI
DENGAN HASIL SHOOTING EKSTRAKULIKULER FUTSAL
DI SMP NEGERI 4 SAMARINDA**

**FARHAN INDRA WAHYU DINATA
1911102422038**

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Galih Priyambada, M.Pd., AIFMO-P	Penguji 1		15-7-2023
Nanda Alfian Mahardhika, S.Pd., M.Pd	Penguji 2		14-7-2023



Samarinda, Juli 2023
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan

Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D
NIDK. 8912620021

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur Dan kerendahan hati kepada Allah SWT, penulis mempersembahkan hasil studi ini kepada:

1. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT).
2. Program Studi Strata 1 Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. SMP Negeri 4 Samarinda.

ABSTRAK

Farhan Indra Wahyu Dinata: Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Panjang Tungkai Dengan Hasil Shooting Ekstrakurikuler Futsal Di Smp Negeri 4 Samarinda. **Skripsi. Samarinda: Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, 2023.**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai dengan hasil *shooting* ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 4 Samarinda.

Penelitian yang digunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Korelasional. Perolehan data dilakukan dengan tes *vertical jump* dan pengukuran tungkai. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa ekstrakurikuler futsal sebanyak 120 siswa dengan sampel penelitian sebanyak 30 siswa yang merupakan kriteria pemain utama dengan pengambilan sampel *purposive sampling* uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji *Correlations*.

Didapatkan bahwa Berdasarkan hasil uji *correlations* terdapat hubungan daya ledak otot tungkai, panjang tungkai dengan hasil *shooting* secara signifikan dengan nilai sig sebesar $0.000 < 0.05$. Dan didapatkan derajat hubungan korelasi sedang pada variabel X1 terhadap variabel Y sebesar 0,968, dan pada variabel X2 terhadap variabel Y sebesar 0,962. Disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada variabel daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai dengan hasil *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda.

Kata Kunci: *Ekstrakurikuler futsal, Daya ledak otot tungkai, Panjang tungkai dan hasil shooting.*

ABSTRACT

Farhan Indra Wahyu Dinata: *The Relationship Between Soft Muscle Explosive Power And Length With Extracurricular Futsal Shooting Results In SMP Negeri 4 Samarinda.* Skripsi. Samarinda: Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, 2023.

This study was conducted to determine the relationship between leg muscle explosive power and leg length with the results of futsal extracurricular shooting at SMP Negeri 4 Samarinda.

The research used a quantitative approach with a correlational design. Data acquisition was carried out by vertical jump tests and limb measurements. The population in this study was all futsal extracurricular students as many as 120 students with a research sample of 30 students which was the main player criterion with purposive sampling statistical tests in this study using the Correlations test.

It was found that based on the results of the correlation test there was a significant relationship between leg muscle explosive power, leg length and shooting results with a sig value of $0.000 < 0.05$. And obtained the degree of moderate correlation on variable X1 to variable Y of 0.968, and on variable X2 to variable Y of 0.962. It was concluded that there was a significant relationship between the explosive power of leg muscles and leg length with the shooting results of futsal extracurricular students at SMP Negeri 4 Samarinda.

Keywords: *Futsal extracurriculars, leg muscle explosive power, leg length and shooting results.*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh. Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas rahmat- Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Panjang Tungkai dengan Hasil *Shooting* Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 4 Samarinda” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, Terkhusus dosen Pembimbing Bapak Dr. Galih Priyambada, M.Pd., AIFMO-P. Untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:.

1. Prof. Dr. Bambang Setiaji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Prof. Ali Saukah, M. A, Ph. D selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Nanda Alfian Mahardhika, S. Pd, M. pd selaku Ketua Program Studi S1 Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Jeane Betty Kurni Jusuf, S.pd.,M.Pd sebagai Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan, saran-saran selama menempuh perkuliahan
5. Bapak Dr. Galih Priyambada M.Pd., AIFMO-P yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun proposal penelitian.
6. Seluruh Bapak/Ibu Dosen dan staf Program Studi S1 Pendidikan Olahraga yang telah memberikan banyak ilmu kepada penulis.
7. Kepada teman-teman Program Studi S1 Pendidikan Olahraga angkatan 2019, terima kasih kebersamaanya selama ini
8. Kepada orang tua saya ayahanda Aminuddin S. Pd dan Ibunda tercinta Siti Aminah serta saudara-saudara saya yang selalu mendukung serta seluruh keluarga yang selalu memberi dukungan, kasih sayang dan do'a tiada henti.
9. Kepada SECRET GRUP yang telah berjuang bersama dalam menyelesaikan penelitian ini hingga akhir

10. Seluruh pihak yang telah memberikan bantuan baik material maupun spiritual yang penulis tidak dapat disebutkan satu persatu.

Meski telah berusaha menyelesaikan skripsi dengan sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa masih ada kekurangan baik dari segi isi maupun tata bahasa, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan proposal penelitian ini.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Samarinda, Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI	10
A. Kajian Pustaka	10
B. Kerangka Berpikir	21
C. Penelitian Relevan	22
D. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Lokasi Penelitian	25
C. Populasi Dan Sampel	26
D. Teknik Pengumpulan Data	27
E. Instrumen Penelitian	27
F. Teknik Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian	33
B. Analisis Data	36
C. Pembahasan	40
BAB V PENUTUP	44
A. Kesimpulan	44
B. Implikasi	44
C. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Hasil Tes <i>Shooting</i>	30
Tabel 2 Tabulasi Variabel X1 Daya Ledak Otot Tungkai	33
Tabel 3 Tabulasi Variabel X2 Panjang Tungkai	34
Tabel 4 Tabulasi Variabel Y Hasil <i>Shooting</i>	35
Tabel 5 <i>One – Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	37
Tabel 6 Uji Linieritas X1- Y	38
Tabel 7 Uji Linieritas X2 - Y.....	38
Tabel 8 Analisis Regresi X1 - Y	38
Tabel 9 Analisis Regresi X2- Y	39
Tabel 10 Analisis Regresi X1, X2 - Y.....	39
Tabel 11 Rangkuman Hasil <i>Pearson Correlation</i>	39
Tabel 12 R Square Dan Koefesien	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Passing</i> Futsal.....	14
Gambar 2 <i>Control</i> Futsal.....	15
Gambar 3 <i>Dribbling</i> Futsal	16
Gambar 4 <i>Shooting</i> Futsal	17
Gambar 5 Tungkai Kaki.....	19
Gambar 6 Kerangka Berpikir	21
Gambar 7 Desain Penelitian.....	25
Gambar 8 <i>Vertical Jump</i>	28
Gambar 9 Pengukuran Panjang Tungkai.....	29
Gambar 10 Pelaksanaan Tes Hasil <i>Shooting</i>	30
Gambar 11 Diagram Tabulasi Variabel Daya Ledak Otot Tungkai (X_1).....	34
Gambar 12 Diagram Tabulasi Variabel Panjang Tungkai (X_2)	35
Gambar 13 Diagram Tabulasi Variabel Hasil <i>Shooting</i> (Y)	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Izin Observasi.....	50
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	51
Lampiran 3 Surat Telah Melakukan Penelitian.....	51
Lampiran 4 Surat Permohonan Penelitian.....	53
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Sempro.....	54
Lampiran 6 Lembar Konsultasi Skripsi.....	55
Lampiran 7 Nama Peserta Ekstrakurikuler Futsal.....	57
Lampiran 8 Form Penilaian <i>Vertical Jump</i>	58
Lampiran 9 Penilaian Panjang Tungkai	59
Lampiran 10 Hasil <i>Shooting</i>	60
Lampiran 11 Uji Normalitas.....	61
Lampiran 12 Uji Linearitas	63
Lampiran 13 Uji Regresi Linier Berganda	69
Lampiran 14 Uji Korelasi.....	77
Lampiran 15 Hasil SE dan SR.....	79
Lampiran 16 Melakukan <i>Vertical Jump</i>	82
Lampiran 17 Melakukan Pengukuran Panjang Tungkai	82
Lampiran 18 Melakukan Tes <i>Shooting</i>	83