

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN
KELINCAHAN DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING
BOLA PEMAIN SSB PUTRA BUANA PACIRAN LAMONGAN**

KU-16



**OLEH
DIKI KURNIAWAN
NIM. 1716041012**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
JURUSAN ILMU OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2023

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN
DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PEMAIN SSB PUTRA
BUANA PACIRAN LAMONGAN KU-16**

SKRIPSI



Diajukan kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan

Program Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Oleh

DIKI KURNIAWAN

NIM. 1716041012

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN ILMU OLAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2023

SKRIPSI

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI
GELAR SARJANA PENDIDIKAN



Menyetujui,

Pembimbing I,

Ketut Chandra Adinata Kusuma, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198712252014041001

Pembimbing II,

Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis.
NIP. 197812142001122001

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul : "Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pemain SSB Putra Buana Paciran Lamongan KU-16"

Nama : Diki Kurniawan
NIM : 1716041012
Jurusan : Ilmu Olahraga Dan Kesehatan
Fakultas : Olahraga Dan Kesehatan

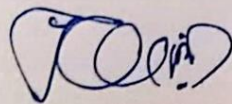
Telah mendapat persetujuan pembimbing yang akan diujikan di Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Ilmu Olahraga Dan Kesehatan, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.

Menyetujui,

Singaraja 13 juli 2023.

Pembimbing I


Pembimbing II



Ketut Chandra Adinata Kusuma, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198712252014041001

Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis.
NIP. 197812142001122001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Olahraga Dan Kesehatan



Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes.
NIP. 196705272001121001

PERSETUJUAN PENGUJI

Proposal berjudul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pemam SSB Putra Buana Paciran Lamongan KU-16.

Singaraja, 12 Juli 2023

Menyetujui,
Dewan Penguji,



Ketut Chandra Adinata Kusuma, S.Pd., M.Pd.

(Ketua)

NIP. 198712252014041001



Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis.

(Anggota)

NIP. 197812142001122001



Dr. Syarif Hidayat, S.Pd., M.Pd.

(Anggota)

NIP. 197711152001121001



I Kadek Happy Kardiawan, S.Pd., M.Pd.

(Anggota)

NIP. 19790513200604102



Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha
Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan

Pada


Hari : Kamis


Tanggal : 13 Juli 2023

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,


Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or
NIP. 196805172001121001


Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or
NIP. 197105202001121002

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan


I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or
NIP. 196804081997031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pemain SSB Putra Buana Paciran Lamongan KU-16.” yang disusun oleh Diki Kurniawan, NIM. 1716041012, benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 13 Juli 2023
Yang membuat pernyataan,



Diki Kurniawan
NIM. 1716041012



KATA PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan pada waktu-Nya. Oleh karena itu, dengan rasa syukur dan bahagia penulis ucapkan terimakasih kepada:

IBU & BAPAK TERCINTA

Mualimin & Rohmatul Ayun

“Terima kasih atas Do’a, Kasih sayang dan Motivasi yang tiada henti di berikan kepada putramu selama ini sehingga mendapat gelar sarjana”

“SAUDARA TERCINTA”

Fida Febri Yanti & Muhammad Ariel Rohman

“Terima kasih atas do’a, motivasi, dukungan dan kasih sayang yang diberikan kepada peneliti”

BAPAK & IBU DOSEN

Pembimbing, Penguji dan Pengajar

“Terima kasih untuk bapak dan ibu yang sudah membimbing, mengajar, melatih dan memotivasi kami hingga saat ini bisa menjadi lebih baik.

SAHABAT DAN TEMAN

“Terima kasih atas kebaikan hati, perilaku dan kesetiaan yang telah kalian luangkan kepada penulis. Terima kasih juga untuk kalian yang selalu berkenan menjadi keluarga kedua dalam memotivasi penulis untuk penyelesaian skripsi ini”

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Singaraja

MOTTO

“BERUSAHALAH HINGGA KAMU MENDAPATKANNYA”

(Diki Kurniawan, 2023)



PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Pemain Ssb Putra Buana Paciran Lamongan Ku-16”** dapat diselesaikan sesuai waktu yang telah ditentukan.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Wayan Lasmawan, M.Pd Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha
2. I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha.
3. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes., Ketua Jurusan Ilmu Olahraga Dan Kesehatan atas motivasi yang diberikan dalam penyelesaian skripsi ini
4. Dr. Gede Eka Budi Darmawan, S.Pd., M.Or., Seketaris Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu saya dan memberikan yang terbaik dalam pelayanan bidang administrasi selama saya menjadi mahasiswa di Undiksha.
5. Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or., Ketua Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti perkuliahan di prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Undiksha..
6. Dr. Syarif Hidayat, S.Pd., M.Pd., Pembimbing akademik yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan, petunjuk, arahan, bantuan, dan dorongan serta motivasi bagi peneliti.
7. Ketut Chandra Adinata Kusuma, S.Pd., M.Pd., Pembimbing I peneliti yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan, petunjuk, arahan, bantuan, dan dorongan serta motivasi sehingga skripsi ini dapat

terselesaikan tepat waktu.

8. Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis., Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, arahan, bantuan, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
9. Staf dosen di Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, yang selama ini telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi sebagai bekal menjalankan kehidupan di dalam masyarakat.
10. Staf Pegawai di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang selama ini memberikan kemudahan dan kelancaran dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Rekan-rekan mahasiswa program studi Pendidikan Keperawatan Olahraga yang selalu memberi dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
12. Keluarga besar peneliti yang selalu memberikan dukungan dalam bentuk motivasi, doa, dan finansial dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak mungkin peneliti sebutkan satu-persatu, yang telah banyak membantu kelancaran dalam proses penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan dan kemampuan yang peneliti miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak.

Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pembangunan dunia pendidikan.

Singaraja, 13 Juli 2023

Diki Kurniawan

DAFTAR ISI

	Halaman
PRAKATA	i
ABSTRAK	2
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
BAB I PENDAHULUAN	2
1.1. Latar Belakang.....	2
1.2. Identifikasi Masalah	6
1.3. Batasan Masalah.....	7
1.4. Rumusan Masalah	7
1.5. Tujuan Penelitian.....	7
1.6. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORI	7
2.1. Sepak bola.....	7
2.2. Menggiring bola	8
2.3. Daya Ledak Otot Tungkai.....	9
2.4. Kelincahan	11
2.5. Pentingnya Daya Ledak pada Permainan Sepak Bola	13
2.6. Karakteristik Pemain	14
2.7. Kajian Penelitian yang Relevan	15
2.8. Kerangka Berpikir	16
2.9. Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN	19
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
3.2. Rancangan Penelitian	19
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	19
3.4. Variabel Penelitian	21
3.5. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	22
3.6. Metode Dan Teknik Analisis Data	27

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
4.1. Deskripsi Data	27
4.2. Pembahasan hasil penelitian	35
4.3. Implikasi Penelitian	38
BAB V PENUTUP	40
5.1 Rangkuman	40
5.2 Simpulan	40
5.3 Saran	41
DAFTAR RUJUKAN	42



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir Hubungan Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola	17
Gambar 3.1. <i>Standing Board Jump</i>	22
Gambar 3.2. <i>Illinois Agility Run Test</i>	23
Gambar 3.3. Tes Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola.....	25



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Norma Penilaian Daya Ledak Otot Tungkai.....	23
Tabel 3.2. Perhitungan Skor <i>Illinois</i>	24
Tabel 3.3. Perhitungan Skor Tes Menggiring bola	26
Tabel 4.1. Hasil <i>test</i> Aspek Keterampilan.....	28
Tabel 4.2. Uji Normalitas.....	29
Tabel 4.3. Interpretasi nilai r tabel	31
Tabel 4.4 Hasil Perhitungan Koefisien Korelasi daya ledak otot tungkai (X1) Dan kemampuan menggiring bola (Y).....	31
Tabel 4.5 Hasil Perhitungan Koefisien Korelasi Antara Kelincahan (X2) Dan Kemampuan Menggiring Bola (Y).....	32
Tabel 4.6 Analisis Regresi Linier Ganda	33
Tabel 4.7 Analisis Korelasi dan Regresi.....	34

