

**HUBUNGAN KESEIMBANGAN DAN KOORDINASI MATA  
KAKI TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* PADA KLUB  
FUTSAL UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



**BILAL FAZA RIZQYA**  
1602617135

Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Pendidikan

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2022**

## LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama Tanda Tangan Tanggal

Pembimbing I

Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 19850618 201504 1 002



15/02/22

Pembimbing II

Dr. Rina Ambar Dewanti, M.Pd.  
NIP. 19740904 200501 2 001



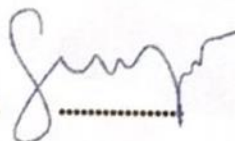
16/02/22

Nama

Jabatan Tanda Tangan Tanggal

1. Dr. Iman Sulaiman, M.Pd.  
NIP. 19630627 198803 1 001

Ketua



14/02/22

2. Okki Yonda, S.Or., M.Pd.  
NIDK. 8932120021

Sekretaris



16/02/22

3. Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 19850618 201504 1 002

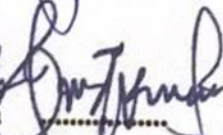
Anggota



15/02/22

4. Dr. Rina Ambar Dewanti, M.Pd.  
NIP. 19740904 200501 2 001

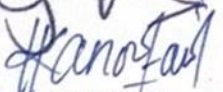
Anggota



16/02/22

5. Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd, S.E, M.Si.  
NIP. 19791109 200312 2 001

Anggota



25/02/22

Tanggal Lulus : 03 Februari 2022

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini penulis menyatakan:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian penulis sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak dapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini penulis buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh dari skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 1 Februari 2022  
Yang membuat pernyataan



Bilal Faza  
1602617135

**HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN DAN KOORDINASI MATA  
KAKI TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* KLUB FUTSAL  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui 1). Hubungan antara keseimbangan terhadap ketepatan *shooting*, 2). Hubungan antara koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting*, 3). Hubungan antara keseimbangan dan koordinasi mata kaki terhadap ketepatan *shooting*. Pada penelitian ini populasi berjumlah 100 orang dengan sample berjumlah 20 orang menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Adapun Instrumen tes yang peneliti gunakan pada keseimbangan yaitu *Dynamic Test of Positional Balance*, Instrumen tes Koordinasi Mata Kaki menggunakan *Soccer Wall Volley Test* dan untuk tes ketepatan *shooting* menggunakan *Shoot on Target*. Peneliti menggunakan teknik analisis statistik data yang digunakan adalah teknik persamaan regresi sederhana, regresi ganda, korelasi sederhana, korelasi ganda dan dilanjutkan dengan uji t dan uji f pada taraf signifikansi = 0,05. Berdasarkan Hasil analisis data menunjukkan bahwa 1) Hubungan antara Keseimbangan dengan Ketepatan *Shooting* dinyatakan oleh regresi  $\hat{Y} = 7,687 + 0,704X_1$  dan ditunjukkan oleh koefisien korelasi  $r_{y_1} = 0,522$ , sedangkan pada  $t_{hitung} = 2,595$  Lebih besar dari  $t_{tabel} = 2,093$  Berarti koefisien korelasi  $r_{y_1} = 0,522$  adalah signifikan, 2) Hubungan antara Koordinasi mata kaki dengan Ketepatan *Shooting* dinyatakan oleh regresi  $\hat{Y} = 1,619 + 0,293X_2$  dan ditunjukkan oleh koefisien korelasi  $r_{y_2} = 0,514$  sedangkan pada  $t_{hitung} = 2,543$  Lebih besar dari  $t_{tabel} = 2,093$  Berarti koefisien korelasi  $r_{y_2} = 0,514$  Adalah signifikan, dan 3) Hubungan antara Keseimbangan ( $X_1$ ) dan Koordinasi mata kaki ( $X_2$ ) dengan Ketepatan *Shooting* ( $Y$ ) dinyatakan oleh regresi  $\hat{Y} = -4,140 + 0,217X_1 + 0,528X_2$ , sedangkan hubungan antara ketiga variabel tersebut dinyatakan oleh koefisien korelasi  $r_{y_1-2} = 0,632$  sedangkan pada  $F_{hitung} = 5,651$  Lebih besar dari  $F_{tabel} = 3,59$  Berarti koefisien korelasi  $r_{y_1-2} = 0,632$  Adalah berarti signifikan

**Kata Kunci:** *Keseimbangan, Koordinasi Mata Kaki, Ketepatan Shooting*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BALANCE AND EYE COORDINATION  
TOTHEACCURACY OF FUTSAL CLUB SHOOTING, JAKARTA STATE  
UNIVERSITY**

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to find out 1). The relationship between balance and shooting accuracy, 2). The relationship between eye-foot coordination on shooting accuracy, 3). The relationship between balance and eye-foot coordination on shooting accuracy. In this study a population of 100 people with a sample of 20 people using purposive sampling technique. The test instrument that the researcher uses on balance is the Dynamic Test of Positional Balance, the eye-foot coordination test instrument uses the Soccer Wall Volley Test and the shooting accuracy test uses Shoot on Target. Researchers used statistical analysis techniques, the data used were simple regression equations, multiple regression, simple correlation, multiple correlation and continued with t test and f test at significance level = 0.05. Based on the results of data analysis shows that 1) The relationship between balance and shooting accuracy is expressed by regression  $= 7.687 + 0.704X_1$  and is indicated by the correlation coefficient  $ry_1 = 0.522$ , while at  $t_{count} = 2.595$ . Greater than  $t_{table} = 2.093$ . Means the correlation coefficient  $ry_1 = 0.522$  is significant, 2) The relationship between eye-foot coordination and shooting accuracy is expressed by regression  $= 1.619 + 0.293X_2$  and is indicated by the correlation coefficient  $ry_2 = 0.514$  while at  $t_{count} = 2.543$ . Greater than  $t_{table} = 2.093$  Means the coefficient correlation  $ry_2 = 0,514$  is significant, and 3) The relationship between balance ( $X_1$ ) and eye-foot coordination ( $X_2$ ) with shooting accuracy ( $Y$ ) is expressed by regression  $= -4,140 + 0,217X_1 + 0,528X_2$ . while the relationship between the three variables is expressed by the correlation coefficient  $ry_{1-2} = 0.632$  while at  $F_{count} = 5.651$  It is greater than  $F_{table} = 3.59$  Means the correlation coefficient  $ry_{1-2} = 0.632$  It is significant

Keywords: Balance, Ankle Coordination, Shooting Accuracy



(UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Bilal Faza Rizqya  
NIM : 1602617135  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga/Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Alamat email : Bilal7f@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Ketepatan Shooting Klub

Futsal Universitas Negeri Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakart, 25 Februari 2022

Penulis

( Bilal Faza Rizqya )

## KATA PENGANTAR

Puji serta syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT. Yang telah memberikan berkat dan rahmatnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini berjudul “**Hubungan Keseimbangan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Ketepatan Shooting Klub Futsal Universitas Negeri Jakarta**” disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh sebab itu, peneliti ucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga, Bapak Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Bapak Nur Fitranto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 1, Ibu Dr. Rina Ambar Dewanti, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 2, Ibu Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., SE., M.Si selaku Penasihat Akademik.

Ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada para Dosen, Pelatih dan Pembina Klub Sepakbola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta, Bapak Andri Irawan, M.Pd., dan Bapak Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd. yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang diperlukan dan juga kepada seluruh dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu selama masa perkuliahan sampai dengan penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, Februari 2022

B.F

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Kegunaan Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK.....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Teori.....	16
B. Kerangka Berpikir.....	28
C. Hipotesis Penelitian.....	31
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Tujuan Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
C. Metode Penelitian.....	33
D. Populasi dan Sampel.....	34
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Teknik Pengumpulan Data.....	37
G. Teknik Analisa Data.....	40
H. Hipotesis Statistika.....	43



<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>44</b>
A. Deskripsi Data .....	45
B. Pengujian Hipotesis .....	49
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	52
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>
A. Kesimpulan .....	56
B. Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>58</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 D-Area .....	9
Gambar 2. 2 Teknik <i>Shooting</i> Punggung Kaki .....	13
Gambar 2. 3 Teknik <i>Shooting</i> Ujung Kaki .....	15
Gambar 2. 4 Teknik <i>Shooting</i> Kaki Luar.....	13
Gambar 2. 5 Teknik <i>Shooting</i> Menggunakan Ujung Kaki.....	15
Gambar 2. 7 Otot Tungkai.....	17
Gambar 2. 8 Pusat Gravitasi.....	20
Gambar 2. 8 Garis Gravitasi.....	20
Gambar 2. 9 Bidang Tumpu.....	21
Gambar 3. 1 Design Penelitian .....	33
Gambar 3. 2 <i>Dynamic Test of Positional Balance</i> .....	36
Gambar 3. 3 Tes Koordinasi Mata Kaki.....	36
Gambar 3. 4 Instrument Shoot on Target .....	37



## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian .....	45
Tabel 4. 2 Distribusi Keseimbangan.....	46
Tabel 4. 3 Distribusi Tabel Koordinasi Mata Kaki (X2) .....	47
Tabel 4. 4 Grafik Histogram Data Koordinasi Mata Kaki.....	48
Tabel 4. 5 Distribusi Hasil Ketepatan <i>Shooting</i> .....	48
Tabel 4. 6 Grafik Histogram Data Ketepatan <i>Shooting</i> .....	49
Tabel 4. 7 Uji Keberartian Koefisien Korelasi X1 Terhadap Y .....	50
Tabel 4. 8 Uji Keberartian Koefisien Korelasi X2 Terhadap Y .....	51
Tabel 4. 9 Uji Keberartian Korelasi Ganda .....	52



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data hasil Tes .....	61
Lampiran 2 Data hasil Tes .....	61
Lampiran 3 Langkah-langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi .....	62
Lampiran 4 Data Mentah yang diubah ke Tskor.....	66
Lampiran 5 Data Persiapan Untuk Persiapan Regresi dan Korelasi .....	69
Lampiran 6 Perhitungan rata-rata dan simpangan baku Tskor .....	69
Lampiran 7 Mencari Persamaan Regresi .....	69
Lampiran 8 Mencari Koefisien dan Uji Keberartian Koefisien Korelasi.....	80
Lampiran 9 Dokumentasi.....	85



