

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA KAKI DAN POWER OTOT
TUNGKAI DENGAN HASIL TENDANGAN KONVERSI PADA
KOP RUGBY UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



DIAS KURNIA WIJAYA PRATAMA

6315152441

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2022

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama

Pembimbing I

Drs. Iwan Barata, M.Pd
NIP. 196803092001121001

Tanda Tangan

 16 / 03 / 22

Pembimbing II

Dr. Hidayat Humaid, M.Pd
NIP. 196302101988031001

 12 / 03 / 22

Nama

1. Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd
NIP. 197205042005011002

Jabatan

Ketua  18 / 03 / 22

2. Okki Yonda, S.Or., M.Pd
NIDK. 0025109201

Sekretaris  17 / 03 / 22

3. Drs. Iwan Barata, M.Pd
NIP. 196803092001121001

Anggota  16 / 03 / 22

4. Dr. Hidayat Humaid, M.Pd
NIP. 196302101988031001

Anggota  12 / 03 / 22

5. Prof. Dr. Ahmad Sofyan Hanif, M.Pd
NIP. 196309171989031002

Anggota  12 / 03 / 22

Tanggal Lulus : 28 Juli 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

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

Jakarta, 12 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,



Dias Kurnia Wijaya Pratama

No. Reg 6315152441

HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI DAN *POWER OTOT TUNGKAI* DENGAN HASIL TENDANGAN KONVERSI PADA KOP RUGBY UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui koordinasi mata kaki dan *power otot tungkai* dengan cara mengukur dan mencatat data hasil terhadap hasil tendangan konversi pada kop rugby Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk Proses pengumpulan data menggunakan total sampling yaitu pengambilan sampel yang sama dengan jumlah populasi yang ada. Sampel yang digunakan semua atlet Putra yang merupakan anggota KOP rugby Universitas Negeri Jakarta yang berjumlah 20 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengukur setiap variabel yakni *power otot tungkai*, koordinasi mata-kaki, dan tendangan konversi. Hasil yang diperoleh dari 20 orang yaitu terdapat adanya hubungan antara *power otot tungkai* dengan hasil tendangan konversi pada kop rugby dengan nilai signifikansi hubungan *power* dengan tendangan konversi lebih kecil dari 0,05 (signifikansi $< 0,05$) dengan nilai 0,007. Selanjutnya terdapat hubungan antara koordinasi mata kaki dengan hasil tendangan konversi pada kop rugby Universitas Negeri Jakarta. Nilai signifikansi hubungan koordinasi mata kaki dengan tendangan konversi lebih kecil dari 0,05 (signifikansi $< 0,05$) dengan nilai 0,000.

Kata Kunci : Koordinasi mata kaki, *Power* otot tungkai, Kop, Rugby

**CORRELATION BETWEEN COORDINATION OF LEGS AND
LIMB MUSCLE POWER WITH CONVERSION KICK RESULTS
IN THE RUGBY HEAD OF THE UNIVERSITY OF
JAKARTA STATE UNIVERSITY**

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine eye-foot coordination and leg muscle power by measuring and recording data on the results of the conversion kick on the rugby cup at the State University of Jakarta. This study uses a survey method with data collection techniques using tests and measurements. This study aims to process data collection using total sampling, namely taking the same sample as the existing population. The samples used were all male athletes who were members of the Jakarta State University rugby KOP, totaling 20 people. Data collection techniques were carried out by measuring each variable, namely leg muscle power, eye-foot coordination, and conversion kicks. The results obtained from 20 people are that there is a relationship between leg muscle power and the results of the conversion kick on the rugby cup with the significance value of the power relationship with the conversion kick less than 0.05 (significance <0.05) with a value of 0.007. Furthermore, there is a relationship between eye-foot coordination and the results of the conversion kick on the Jakarta State University rugby header. The significance value of the eye-foot coordination relationship with conversion kicks is smaller than 0.05 (significance <0.05) with a value of 0.000.

Keywords: eye-foot coordination, leg muscle power, kop, rugby

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim..

Skripsi ini saya dedikasikan untuk orangtua saya Alm Bapak Didi Tarmidi dan

Ibu Saya Ibu Tutin

serta keluarga, apa yang mereka berikan melebihi daripada apa yang aku inginkan.

Terimakasih, sayang kalian.

Terimakasih kepada Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Bapak Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd yang selalu membantu, membimbing,

mengarahkan dan mengawasi kami. Kepada Dosen Pembimbing 1 saya Bapak

Drs. Iwan Barata, M.Pd dan Dosen Pembimbing 2 saya Bapak Dr. Hidayat

Humaid, M.Pd

yang senantiasa membimbing saya dengan sabar mulai dari penyusunan hingga

saya dapat menyelesaikan skripsi saya ini dengan hasil yang cukup maksimal,

dosen pembimbing yang sudah seperti orangtua saya sendiri.

Terimakasih kepada dosen Pembimbing Akademik saya Bapak Prof. Dr. Achmad

Sofyan Hanif, M.Pd yang turut membimbing saya, menerima keluh kesah saya

semasa

perkuliahannya, tidak pernah segan menanyakan perihal perkuliahan. Terimakasih

kepada para dosen dan staff FIK UNJ khususnya Program Studi Pendidikan

Kepelatihan Olahraga.

Teruntuk Mamah, Adik dan Caca yang selalu memberi semangat dukungannya

dan mau selalu di repotkan terimakasih atas segala yang pernah kalian lakukan

dihadipun saya. Sampai akhirnya saya bisa menyelesaikan skripsi.

Tim Rugby DKI Jakarta dan Teman-teman Rugby Universitas Negeri Jakarta

yang selalu mensupport. Untuk seluruh Dosen FIK UNJ serta seluruh pihak yang

telah membantu yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu, kalian luar biasa,

terimakasih.

Terimakasih untuk diri saya sendiri yang sudah berjuang dan sampai saat ini.

**“ Gagal Itu Urusan Nanti Yang Terpenting Kita Berani Untuk Mencoba Dan
Mencoba “**

Dan

“ Balas Dendam Terbaik Adalah Membuat Diri Anda Lebih Baik “

“ PROSES TIDAK AKAN MENGKHIANATI HASIL “





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: jib.unj.ac.id

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

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

Nama : DIAS KURNIA WIJAYA PRATAMA
NIM : G31515241
Fakultas/Prodi : PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA (S1)
Alamat email : diaskurnia_012@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 koordinasi mata kakinya dan power otot tungkai dengan hasil tendangan konversi pada kop rugby universitas negeri jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif 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.

Jakarta 19 agustus 2022

Penulis

(Dias Kurnia Wijaya Pratama)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini ialah untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapat gelar sarjana Pendidikan.

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd., Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Bapak Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd., Pembimbing I Bapak Drs. Iwan Barata, M.Pd., dan Pembimbing II Bapak Dr. Hidayat Humaid, M.Pd., serta Pembimbing Akademik Bapak Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd. atas segala bimbingan dalam penyusunan serta penulisan skripsi ini, terimakasih kepada orangtua, keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan do'a dan motivasi, semoga Allah SWT melimpahkan balasan yang sesuai atas segala kebaikan yang telah diberikan. Aamiin.

Jakarta, 12 Juli 2022



DKWP

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR GAMBAR	iii
DAFTAR TABEL	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORETIK	7
A. Kerangka Konseptual	7
B. Kerangka Berfikir	48
C. Hipotesis	50
BAB III METODOLOGI PENLITIAN	51
A. Tujuan Penelitian	51
B. Tempat dan Waktu Penelitian	51
C. Metode Penelitian	51
D. Populasi dan Data Sampel	52
E. Instrumen Penelitian	53
F. Teknik Pengumpulan Data	56
G. Teknik Analisis Data	57
H. Hipotesis Statistika	60
BAB IV HASIL PENELITIAN	61
A. Deskripsi Data	61
3. Pembahasan dan Hasil Penelitian	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	75
A. Kesimpulan	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan permainan <i>rugby</i>	9
Gambar 2.2 Perlengkapan	10
Gambar 2.3 Tendangan pembuka.....	11
Gambar 2.5 Mengumpan.....	12
Gambar 2.6 Mengumpan.....	12
Gambar 2.7 <i>Knock-on</i>	13
Gambar 2.8 Tekel.....	14
Gambar 2.9 Tekel.....	14
Gambar 2.10 <i>Ruck</i>	15
Gambar 2.11 <i>Ruck</i>	15
Gambar 2.13 <i>Maul</i>	16
Gambar 2.14 <i>Scrum</i>	17
Gambar 2.15 <i>Scrum</i>	18
Gambar 2.16 <i>Lineout</i>	19
Gambar 2.17 <i>Lineout</i>	20
Gambar 2.20 <i>Props</i>	21
Gambar 2.21 <i>Hooker</i>	22
Gambar 2.25 <i>Flankers</i>	24
Gambar 2.27 <i>Number 8</i>	25
Gambar 2.28 <i>Scrum half</i>	26
Gambar 2.30 <i>Fly half</i>	27
Gambar 2.31 <i>Centers</i>	27
Gambar 2.33 <i>Wings</i>	28
Gambar 2.34 <i>Full back</i>	29
Gambar 2.35 <i>Full back</i>	29
Gambar 2.36 <i>Wasit</i>	30
Gambar 2.37 Hakim garis	31
Gambar 2.38 Otot Tungkai bagian bawah	31

Gambar 2.39 Otot Tungkai bagian atas.....	39
Gambar 2.40 Otot Tungkai	40
Gambar 2.41 Tendangan Konversi <i>Rugby</i>	45
Gambar 2.42 Otot Quadriseps.....	46
Gambar 2.43 Otot Gluteus	46
Gambar 2.44 Otot Iliopsoas	47
Gambar 2.45 Otot Hamstring	47
Gambar 2.46 Otot Triceps Surae.....	48
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	52
Gambar 3.2 <i>Standing Long Jump</i>	53
Gambar 3.3 Tes Koordinasi Mata Kaki	54
Gambar 3.4 Penilaian Tendangan konversi	55
Gambar 4.1 Diagram Mean Karakteristik Subjek Penelitian.....	62
Gambar 4.2 Diagram Mean Hasil Variabel Penelitian.....	63
Gambar 4.3 Diagram Variabel Koordinasi Mata Kaki	64
Gambar 4.4 Diagram Variabel Power Otot Tungkai	65
Gambar 4.5 Diagram Variabel Tendangan Konversi.....	66

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	61
Tabel 4.2 Uji Deskriptif Variabel Penelitian.....	62
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki	63
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Power Otot Tungkai	64
Tabel 4.5 Distribusi Tendangan Konversi	66
Tabel 4.6 Distribusi Uji Keberartian Koefisien Korelasi X_1 Terhadap Y.....	67
Tabel 4.7 Uji Keberartian Koefisien Korelasi X_2 Terhadap Y.....	68
Tabel 4.8 Uji Keberartian Koefisien Korelasi X_1 Terhadap Y.....	69



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil uji SPSS.....	79
Lampiran 2. Distribusi data penelitian	82
Lampiran 3. Data mentah	84
Lampiran 4. Hasil tes	85
Lampiran 5. Langkah-langkah perhitungan.....	86
Lampiran 6. Data perhitungan korelasi dan regresi	90
Lampiran 7. Rata-rata simpangan baku setelah dirubah dalam Tskor	91
Lampiran 8. Koefisien korelasi.....	99
Lampiran 9. Dokumentasi penelitian	9
Lampiran 10. Surat ijin penelitian.....	10
Lampiran 11. Balasan surat ijin penelitian.....	11
Lampiran 12. Surat keterangan validitas.....	9

