

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN
AKURASI *SHOOTING* PADA SISWA PUTRA
EKTRAKULIKULER FUTSAL
SMAN 12 BANDA ACEH**

Skripsi

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan**

Oleh :

**Suparman
NIM : 21104078**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2025**

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Akurasi *Shooting* Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Futsal SMAN 12 Banda Aceh

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena
Banda Aceh, 17 Juni 2026

Tanda Tangan

Pembimbing I : Dr. Didi Yudha Pranata, M.Pd
NIDN. 1313109001

Pembimbing II: Zulheri Is, M.Pd
NIDN. 1302108903

Penguji I : Prof. Dr. Rita Novita, M.Pd
NIDN. 0101118701

Penguji II : Dr. Irfandi, S.Pd. M.Or
NIDN. 0120128601



Menyetujui
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani


Irwandi, S.Pd., M.pd. AIFO
NIDN. 0126068005

Mengetahui
Pj. Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Fitriani, S.Pd.I, M.Ed, PhD
FKIPUBB 0101018304

LEMBAR PERSETUJUAN

**Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Akurasi *Shooting*
Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Futsal
SMAN 12 Banda Aceh**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena
Banda Aceh, 17 Juni 2026

Pembimbing I



Dr. Didi Yudha Pranata, M.Pd
NIDN. 1313109001

Pembimbing II



Zulheri Is, M.Pd
NIDN. 1302108903

Menyetujui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Irwandi, S.Pd., M.Pd. AIFO.
NIDN. 0126068005

Mengetahui

Pj. Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Fitriati, S.Pd.J, M.Ed, PhD
NIDN. 0101018304
FKIP UBBO

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Suparman

Nim 21104078

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Judul Skripsi : **Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Akurasi
Shooting Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Futsal
SMAN 12 Banda Aceh**

Skripsi ini telah disetujui pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi
program sarjana

Pembimbing I


Dr. Didi Yudha Pranata, M.Pd
NIDN. 1313109001

Pembimbing II


Zulheri Is, M. Pd
NIDN. 1302108903

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul **Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Akurasi Shooting Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Futsal SMAN 12 Banda Aceh**, telah dipertahankan dalam ujian skripsi oleh Suparman (21104078). Program Studi Pendidikan Jasmani, FKIP Universitas Bina Bangsa Getsempena pada hari Senin 8 Desember 2025.

Menyetujui

Pembimbing I



Dr. Didi Yudha Pranata, M.Pd
NIDN. 1313109001

Pembimbing II



Zulheri Is, M. Pd
NIDN. 1302108903

Menyetujui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO.
NIDN. 0126068005

Mengetahui

Pj.Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Pj.Dekan S.Pd.I, M.Ed, PhD
NIDN. 0101018304

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang beridentitas dibawah ini:

Nama : Suparman

Nim 21104078

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Menyatakan bahwa hasil penelitian skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya. Pendapat ataupun temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip ataupun dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila skripsi ini terbukti plagiasi atau jiplakan, saya siap menerima sanksi akademis dari prodi, Dekan FKIP atau Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena.

Banda Aceh, 17 Juni 2026



Suparman
NIM. 21104078

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt. Yang telah memberikan limpahan rahmat dan hidayah-nya kepada penulis sehingga telah dapat menyelesaikan sebuah karya ilmiah berupa skripsi. Salawat beriling salam penulis sanjungkan kepangkuan Nabi besar Muhammad Saw. yang telah membawa manusia dari alam jahiliah ke alam berirmu pengetahuan seperti yang kita sekarang ini. Adapun judul skripsi ini adalah **"Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dengan Akurasi *Shooting* pada Siswa Putra Ektrakulikuler Futsal SMAN 12 Banda Aceh"**.

Skripsi ini di susun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Sarjana (SI) Pendidikan pada Progran Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena. Shalawat dan salam semoga selalu dihantarkan keharibaan junjungan alam Nabi Muhammad Saw. Mudah-mudahan kita semua mendapatkan safaatnya di Yaumil akhir kelak, Amin.

Penulis tentu banyak mengalami hambatan sehingga tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak dalam menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Kepada Ayahanda tercinta, serta Ibunda yang selalu hidup dalam setiap doa dan kenangan, terima kasih atas cinta, doa, dan pengorbanan yang tiada ternilai. Kalian adalah sosok yang tak akan pernah tergantikan, sumber semangat dan

kekuatan yang luar biasa, yang telah mengiringi setiap langkah penulis hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini.

2. Prof. Dr. Lili Kasmini, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena, yang telah memberikan kesempatan mengikuti studi di UBBG.
3. Fitriati, S.pd.I, M.Ed, PhD, selaku Dekan FKIP UBBG beserta seluruh staf pengajar dan karyawan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan fasilitas selama penulis mengikuti studi di FKIP UBBG.
4. Irwandi, S.Pd., M.Pd., AIFO selaku ketua program studi Pendidikan Jasmani FKIP UBBG yang telah membantu kelancaran administrasi pengajuan dan penulisan skripsi ini.
5. Dr. Didi Yudha Pranata, M.Pd selaku pembimbing I dalam penulisan skripsi ini yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan sejak permulaan sampai dengan selesainya skripsi ini.
6. Zulheri Is, M.Pd selaku pembimbing II dalam penulisan skripsi ini yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Prodi Pendidikan Jasmani FKIP UBBG yang telah banyak memberi ilmu kepada penulis selama menempuh pendidikan.
8. Terimakasih Juga Kepada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena angkatan 2021 sebagai teman berbagi rasa dalam suka, duka, dan segala bantuan semoga tali persahabatan kita utuh selamanya meski nanti kita tidak dapat bersama lagi, terimakasih atas kerja sama sejak mengikuti studi sampai penyelesaian skripsi ini.

9. Terimakasih kepada kawan kawan yang selalu memberikan semangat, dukungan, arahan serta doa dan juga kepada kawan-kawan dan siswa-siswa yang telah membantu saya membuat penelitian karya ilmiah saya ini sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya ini. Penulis menyadari akan segala keterbatasan dan kekurangan dari semua penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak masih dapat diterima dengan senang hati. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan mamfaat dan kontribusi bagi pengembang pengetahuan.

Banda Aceh, 6 November 2025

Penulis



Suparman

ABSTRAK

Suparman. 2025. Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dengan Akurasi *Shooting* pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Futsal SMAN 12 Banda Aceh. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Universitas Bina Bangsa Getsempena. Pembimbing I. Dr. Yudha Pranata, M.Pd., Pembimbing II. Zulheri Is, M.Pd.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap akurasi *Shooting* pada siswa SMAN 12 Banda Aceh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai dengan akurasi *shooting* pada siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 12 Banda Aceh. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal yang berjumlah 30 orang, sedangkan sampel penelitian sebanyak 10 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data meliputi observasi, tes, dan dokumentasi. Tes yang digunakan adalah tes *vertical jump* untuk mengukur *power* otot tungkai dan tes akurasi *shooting* untuk mengukur ketepatan tendangan. Analisis data dilakukan melalui perhitungan rata-rata (mean), standar deviasi (SD), koefisien korelasi (r), uji signifikansi (t -test), serta koefisien determinasi (KP). Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,68, yang termasuk dalam kategori hubungan cukup kuat dan positif. Berdasarkan hasil uji t , diperoleh t Hitung = 2,62 lebih besar daripada t Tabel = 1,86 pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan $dk = 8$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan akurasi *shooting*. Hasil perhitungan koefisien determinasi (KP) menunjukkan bahwa *power* otot tungkai memberikan kontribusi sebesar 46,24% terhadap akurasi *shooting*, sedangkan 53,76% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti daya ledak otot kaki, koordinasi tubuh, teknik menendang, dan latihan yang berkesinambungan.

Kata Kunci: Hubungan, otot tungkai, akurasi *Shooting*, futsal

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	ii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah	4
1.5 Tujuan penelitian	4
1.6 Manfaat penelitian	4
1.6.1 Secara Teoritis	4
1.6.2 Secara Praktis	5
1.7 Hipotesis Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORISTIS	6
2.1 Hakikat Futsal	6
2.1.1 Pengertian Permainan Futsal	6
2.1.2 Peraturan Olahraga Futsal	8
2.1.3 Teknik Dasar Keterampilan Bermain Futsal	17
2.1.4 Pengertian <i>Shooting</i> dalam Futsal	21
2.1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Akurasi <i>Shooting</i>	22
2.2 Pengertian Kekuatan Otot Tungkai	23
2.2.1 Peran Kekuatan Otot Tungkai dalam <i>Shooting</i> Futsal	24
2.3 Penelitian Relevan	25
2.3 Kerangka Berfikir	27
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Pendekatan Penelitian	30
3.2 Populasi dan Sampel	31
3.2.1 Populasi	31

3.2.2	Sampel.....	31
3.3	Variabel Penelitian	32
3.4	Teknik dan Alat Pengumpulan Data	33
3.4.1	Teknik dan Alat Pengumpulan Data	33
3.5	Teknik Analisis Data	39
3.5.1	Perhitungan Nilai Rata Rata.....	39
3.5.2	Perhitungan Standar Deviasi	39
3.5.3	Perhitungan Koefisien Kolerasi	40
3.5.4	Uji Hipotesis	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN		42
4.1	Hasil Penelitian	42
4.1.1	Menghitung Nilai Rata-Rata	43
4.1.2	Menghitung Standar Deviasi.....	47
4.1.3	Menghitung Kolerasi Variabel X terhadap Y	51
4.1.4	Mencari koefisien korelasi antara variabel X terhadap Y	52
4.2	Pembahasan Penelitian	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		58
5.1	Simpulan.....	58
5.2	Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA		60
LAMPIRAN		63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Bola Futsal.....	9
Gambar 2.2 Lapangan Fusal	11
Gambar 2.3 Gawang Futsal.....	12
Gambar 2.4 Pemain Fusal	13
Gambar 2.5 Perlengkapan Futsal	14
Gambar 2.6 Wasit.....	16
Gambar 2.7 <i>Passing</i> Futsal	18
Gambar 2.8 <i>Shooting</i> Futsal.....	18
Gambar 2.9 Teknik Mengontrol.....	19
Gambar 2.10 Tendangan <i>Chipping</i>	20
Gambar 2.11 Teknik <i>Heading</i>	21
Gambar 2.12 <i>Shooting</i> Bola	22
Gambar 2.13 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Akurasi <i>Shooting</i>	23
Gambar 2.14 Kekuatan Otot Tungkai	24
Gambar 2.15 Peran Kekuatan Otot tungkai	24
Gambar 2.16 Kerangka Berpikir	29
Gambar 3.1 Diagram Tes <i>Shooting</i> ke Gawang Futsal	38

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Norma <i>Vertical jump</i>	36
Tabel 4.1 Hasil Tes <i>Power</i> otot Tungkai (X) dan hasil Akurasi <i>Shooting</i> (Y) ...	42
Tabel 4.2 Hasil Penelitian pada <i>Power</i> Otot Tungkai.....	43
Tabel 4.3 Hasil Penelitian pada Akurasi <i>Shooting</i>	45
Tabel 4.4 Tabel Penolong untuk Menghitung Korelasi Antar Variabel <i>Power</i> Otot Tungkai (X) dengan Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> (Y)	48