

**SUMBANGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN
KELENTUKAN OTOT TUNGKAI TERHADAP
KEKUATAN TENDANGAN SISWA
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA SMP NEGERI 2
KRIAN**

SKRIPSI



Wahid Evendi
NIM : 165900082

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

**SUMBANGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN
KELENTUKAN OTOT TUNGKAI TERHADAP
KEKUATAN TENDANGAN SISWA
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA SMP NEGERI 2
KRIAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Pendidikan Jasmani

**Wakhid Evendi
NIM : 165900082**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa :

Nama : Wakhid Evendi
NIM : 165900082
Judul Skripsi : Sumbangan Kekuatan Otot Tungkai dan Kelentukan Otot Tungkai Terhadap Kekuatan Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 2 Krian

Surabaya, 15 Januari 2020

Mengetahui,
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani

Dosen Pembimbing



Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd
NIDN. 0712127502/DY



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.
NIDN. 0009026702



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus 1 Jl. Ngagel Dadi, III-4337 Telp. (031) 5903127 - 5041097 Fax. (031) 5962824 Surabaya 60234
Kampus II Jl. Daktari Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234
<http://fkip.unpsabys.ac.id>


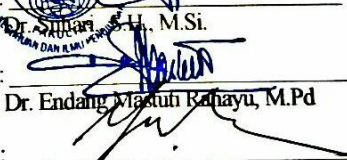
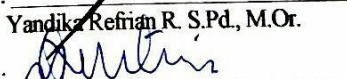
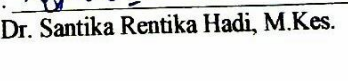
PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Wakhid Evendi
NIM : 165900082
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Sumbangan Kekuatan Otot Tungkai dan Kelentukan Otot tungkai Terhadap Kekuatan Tendangan Siswa Ekstrakurikuler Tendangan Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 2 Krian.

Skripsi ini telah diuji dan disetujui oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Matematika Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya:

Pada hari : Rabu
Tanggal : 22 Januari
Tahun : 2020

Panitia Ujian Skripsi:

1. Ketua : 
Dr. Santika Rentika Hadi, M.Si.
2. Sekretaris : 
Dr. Endang Mastuh Rahayu, M.Pd
3. Anggota : 
Yandika Refrian R. S.Pd, M.Or.
4. Anggota : 
Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wakhid Evendi
NIM : 165900082
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat

Surabaya, 15 Januari 2020
Pernyataan,
B8E4AHF19971568
000
RIBU RUPIAH
Wakhid Evendi
NIM 165900082



HALAMAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Tuhan akan mempermudah langkah-langkah orang yang mempunyai kemauan tetapi tidak instan, semua ada prosesnya. Ikuti alurnya Nikmati prosesnya Syukuri hasilnya”

Saya persembahkan karya tulis ini kepada:

1. Tuhan yang maha Esa Allah SWT, hanya kepadaMu semua berasal dan hanya kepadaMu semua kembali
2. Kedua orangtua saya yang saya cintai dan banggakan.
3. Mbah kakong dan nenek saya yang tinggal di Ponorogo yang saya cintai dan rindukan
4. Adik perempuan saya yang paling ngeselin dan saya sayangi

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan segala rahmatnya, karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Sumbangan Kekuatan Otot Tungkai dan Kelentukan Otot tungkai Terhadap Kekuatan Tendangan Siswa Ekstrakurikuler STendangan Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola Smp Negeri 2 Krian” tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak bantuan dari berbagai pihak, baik material maupun spiritual. Oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankan penulis berterima kasih kepada:

1. Bapak Dr Marianus Subandowot MS, selaku Rektor Universitas PGRI Adibuana Surabaya.
2. Bapak Dr. Suhari, S.H, M.Si. Dekan Universitas PGRI Universitas PGRI Adibuana Surabaya,
3. Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd. Kepala program bidang studi PKO selaku dosen pembimbing Universitas PGRI Adibuana Surabaya sekaligus dosen pembimbing saya, yang telah memberikan tempat untuk saya menuntut ilmu dan mengembangkan ilmu pengetahuan saya serta memberi pembelajaran tentang tata cara dan proses pembuatan skripsi yang baik.
4. Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes dosen pembimbing saya yang selalu sabar dan senantiasa membimbing saya
5. Yandika Refrian R. S.Pd., M.Or. Dosen penguji ujian skripsi saya yang telah senantiasa membimbing saya.
6. Bapak/ibu dosen Universitas PGRI Adibuana Surabaya yang sudah membimbing saya selama saya studi di Universitas PGRI Adibuana Surabaya.
7. Bapak, Ibu, Adik perempuan saya serta keluarga besar saya yang di Gresik dan juga Ponorogo yang saya cintai dan sayangi.
8. Dra. Rustanti Tri Murtiningrum, M.pd selaku Kepala sekolah Smp Negeri 2 Krian yang telah mengizinkan saya melaksanakan penelitian.

9. Bapak/Ibu Guru Smp Negeri 2 Krian yang telah banyak membantu dalam proses penelitian
10. Siswa Smp Negeri 2 Krian, yang telah bersedia dijadikan objek penelitian dalam rangka pengumpulan data dan bahan skripsi

Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum mencapai kesempurnaan, maka dari itu penulis berharap kritik dan saran untuk membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis juga berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis-penulis skripsi selanjutnya serta dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

Surabaya, 15 Januari 2020

Penulis

Wakhid Evendi

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Keaslian Skripsi	iv
Abstrak	v
Abstract	vii
Halaman Motto	viii
Kata Pengantar	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Dasar Teori	5
B. Kerangka Berfikir	11
C. Tinjauan Penelitian yang Relevan.....	12
D. Kerangka Konseptual	13
E. Hipotesis	14
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	15
B. Populasi dan Sampel Penelitian	15
C. Variabel Penelitian.....	16
1. Identitas Variabel.....	16
2. Definisi Operasional Variabel	17
D. Instrumen Penelitian	17
E. Teknik Pengumpulan Data.....	19

F. Teknik Analisis Data.....	20
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	21
B. Pembahasan.....	24
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	27
B. Saran	28
DAFTAR PUSTAKA.....	30
LAMPIRAN-LAMPIRAN	32

DAFTAR TABEL

Tabel	
4.1 Data Analisis Deskriptif	21
4.2 Data Uji Normalitas <i>Shapiro-wilk</i>	21
4.3 Data Analisis Regresi	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar

2.1 Menendang bola dengan kaki bagian dalam.....	7
2.2 Menendang dengan kaki bagian luar	8
2.3 Perkenaan bola dengan kaki	9
2.4 Kerangka konseptual	13
3.1 Tes kelentukan otot tungkai.....	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Format Revisi Skripsi	31
Lampiran 2	Berita Acara Bimbingan Skripsi.....	32
Lampiran 3	Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	33
Lampiran 4	Surat Keterangan Penelitian	34
Lampiran 5	r Tabel	35
Lampiran 6	Spss.....	37
Lampiran 7	Data penelitian tes	41