

ABSTRAK

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT KAKI DAN KELENTUKAN DENGAN KEMAMPUAN MENENDANG BOLA PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 2 KOTABUMI TAHUN PELAJARAN 2009/2010

Oleh

SUSI SETIAWATI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendapatkan data secara empiris mengenai (1) Seberapa besar kontribusi Kekuatan otot kaki dengan kemampuan menendang bola? (2) Seberapa besar kontribusi kelentukan dengan kemampuan menendang bola? (3) Seberapa besar kontribusi kekuatan otot kaki dan kelentukan dengan kemampuan menendang bola?

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi. Dengan populasi sebanyak 280 siswa diambil sampel 56 orang yang ditetapkan secara *Proporsional random sampling*. Teknik pengumpulan data untuk tes kekuatan otot kaki menggunakan alat *back and leg dthynamometer* satuan tes adalah Kg. Tes kelentukan dengan menggunakan alat *Extension of Trunk* dengan satuan tes *cm*, dan tes kemampuan menendang bola menggunakan tes menendang jauh satuan tes adalah *m*.

Teknik analisis data menggunakan teknik korelasi Product Moment dan korelasi ganda yang dilanjutkan dengan mencari koefisien determinan untuk menentukan berapa besar kontribusi yang diberikan. Dilanjutkan dengan uji F untuk mencari taraf signifikan antara variabel X_1 , X_2 dan Y . Sebelum diadakan pengujian dengan analisis korelasi ganda perlu diadakan uji prasyarat karena penelitian ini adalah penelitian sampel. Uji prasyarat tersebut adalah uji normalitas dan uji linieritas.

Hasil penelitian menunjukkan: *pertama*, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,86 artinya ada hubungan yang positif/kuat antara kekuatan otot kaki dan kemampuan menendang bola dengan kontribusi sebesar 73,96%. *Kedua*, didapat koefisien korelasi sebesar 0,88 artinya ada hubungan yang positif/kuat antara kelentukan dan kemampuan menendang bola dengan kontribusi sebesar 77,44%. *Ketiga*, didapat koefisien korelasi ganda sebesar 0,89 ini berarti terdapat hubungan positif/kuat antara kekuatan otot kaki dan kelentukan dengan kemampuan menendang bola dengan kontribusi sebesar 79,21%.

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa (1) kekuatan otot kaki memberikan kontribusi sebesar 73,96% dengan kemampuan menendang bola (2)

Kelentukan memberikan kontribusi sebesar 77,44% dengan kemampuan menendang bola dan (3) kekuatan otot kaki dan kelentukan memberikan kontribusi sebesar 79,21% dengan kemampuan menendang bola.