

## ABSTRAK

### HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP HASIL *LONG PASS* PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA MAN 1 LAMPUNG TENGAH

Oleh

MAYANG FERNANDI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan panjang tungkai dan kekuatan otot tungkai terhadap hasil *long pass* pada siswa ekstrakurikuler sepakbola MAN 1 Lampung Tengah

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Survey, sedangkan teknik pengambilan data penelitian yang digunakan yakni *one shot model* Populasi pada penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola MAN 1 Lampung Tengah dengan sampel yang digunakan secara keseluruhan populasi, yakni sebanyak 20 siswa. Data panjang tungkai dikumpulkan dengan menggunakan tali meteran, kekuatan otot tungkai diukur dengan *standing board jump*, dan *long pass* menggunakan instrument *long pass*. Data setelah terkumpul dianalisis dengan menggunakan korelasional *product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan hasil *long pass* yang mendapatkan hasil sebesar  $r$  hitung 0,9454 sedangkan kekuatan otot tungkai mendapatkan nilai sebesar 0,9614, dan ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dan kekuatan otot tungkai dengan hasil *long pass* yang mendapatkan hasil sebesar  $r$  hitung 0,967.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah Panjang tungkai dan kekuatan otot tungkai sama-sama memiliki hubungan yang tinggi dengan hasil *longpass*.

**Kata Kunci** : panjang tungkai, kekuatan otot tungkai, sepakbola .

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP OF LIMB LENGTH AND LIMB MUSCLE STRENGTH TO RESULTS LONG PASS IN FOOTBALL EXTRACURRICULAR STUDENTS MAN 1 LAMPUNG TENGAH**

**By**

**MAYANG FERNANDI**

*This study aims to determine the relationship between leg length and leg muscle strength on the results long pass in extracurricular football students at MAN 1 Central Lampung.*

*The method used in this study was a survey, while the research data collection technique used was the one shoot model. The population in this study were students who took part in the football extracurricular of MAN 1 Central Lampung with the sample used as a whole population, namely as many as 20 students. Leg length data was collected using a tape measure, leg muscle strength was measured using a standing board jump, and long pass using instrument long pass. The data after being collected were in analysis by using correlation product moment.*

*The results showed that there was a significant relationship between leg length and the results of the long pass which got an  $r$  count of 0.9454 while leg muscle strength got a value of 0.9614, and there was a significant relationship between leg length and leg muscle strength with results. Long pass that gets a result of  $r$  count 0.967.*

*The conclusion of this study is leg length and leg muscle strength both have a high relationship with long pass results.*

**Keywords:** *leg length, leg muscle strength, soccer.*