

## ABSTRAK

### HUBUNGAN *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN SABIT PADA ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA TAPAK SUCI UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

PERNI NDRURU

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai dan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit pada atlet unit kegiatan mahasiswa tapak suci Universitas Lampung.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *deskriptif korelasional*. Dengan desain penelitian terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. *Power* otot tungkai (X1), keseimbangan (X2), dan kecepatan tendangan sabit (Y), sampel berjumlah 30 atlet unit kegiatan mahasiswa tapak suci universitas lampung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit pada atlet unit kegiatan mahasiswa tapak suci Universitas Lampung, dengan nilai  $r_{x_1,y} = 0,974 > r_{(0,05)(30)} = 0,361$ . (2) Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit pada atlet unit kegiatan mahasiswa tapak suci Universitas Lampung, dengan nilai  $r_{x_2,y} = 0,817 > r_{(0,05)(30)} = 0,361$ . (3) Ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit pada atlet unit kegiatan mahasiswa tapak suci Universitas Lampung, dengan nilai  $r_{y(x_1,x_2)} = 0,974 > r_{(0,05)(30)} = 0,361$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit pada atlet unit kegiatan mahasiswa Universitas Lampung.

**Kata Kunci:** *power* otot tungkai, keseimbangan, kecepatan tendangan sabit.

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN LEG MUSCLE POWER AND BALANCE ON THE SPEED OF THE SICKLE KICK IN ATHLETES STUDENT ACTIVITY UNIT AT TAPAK SUCI, UNIVERSITY OF LAMPUNG**

**By**

**PERNI NDRURU**

*The purpose of this study was to determine the relationship between leg muscle power and balance on the speed of the sickle kick in athletes from the Tapak Suci student activity unit, University of Lampung.*

*The method used in this research is descriptive correlation. The research design consists of independent variables and dependent variables. Leg muscle power (X1), balance (X2), and speed of the sickle kick (Y), a sample of 30 athletes from the student activity unit at the University of Lampung.*

*The results showed that: (1) There was a significant relationship between leg muscle power and the speed of the sickle kick in athletes from the Tapak Suci University student activity unit, with a value of  $r_{x_1,y} = 0.974 > r(0.05)(30) = 0.361$ . (2) There is a significant relationship between balance and the speed of the sickle kick in athletes from the Tapak Suci student activity unit at the University of Lampung, with a value of  $r_{x_2,y} = 0.817 > r(0.05)(30) = 0.361$ . (3) There is a significant relationship between leg muscle power and balance on the speed of the sickle kick in the athletes of the Tapak Suci student activity unit at the University of Lampung, with a value of  $r_{y(x_1,x_2)} = 0.974 > r(0.05)(30) = 0.361$ . Thus, it can be concluded that there is a significant relationship between leg muscle power and balance on the speed of the sickle kick in the student activity unit athlete at the University of Lampung.*

**Keywords:** *leg muscle power, balance, sabit kick speed.*