

## ABSTRAK

### HUBUNGAN *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN DENGAN HASIL TENDANGAN PINALTI PADA PEMAIN SEPAK BOLA UKM UNIVERSITAS LAMPUNG

OLEH

ADI ANGGARA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan hasil tendangan pinalti pada pemain sepak bola UKM Universitas Lampung.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Teknik pengambilan sampel penelitian yang digunakan adalah *total sampling* dengan subjek yang berjumlah 25 pemain dari UKM sepak bola Universitas Lampung. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes *power* otot tungkai menggunakan *standing broad jump*, keseimbangan menggunakan *modified bass test* dan hasil tendangan pinalti menggunakan tes *shooting* ke gawang. Teknik analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan analisis uji korelasi sederhana menggunakan rumus korelasi *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) Ada hubungan antara *power* otot tungkai dengan hasil tendangan penalti, nilai  $r_{x1,y} = 0,761 > r_{table (0,05)(23)} = 0,413$  dengan kriteria korelasi kuat, 2) Ada hubungan antara keseimbangan dengan hasil tendangan penalti, nilai  $r_{x2,y} = 0,571 > r_{table (0,05)(23)} = 0,413$ , dengan kriteria korelasi sedang, 3) Ada hubungan antara *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan hasil tendangan penalti, nilai  $r_{x1x2,y} = 0,771 > r_{table (0,05)(23)} = 0,413$ , dengan kriteria korelasi kuat.

**Kata Kunci:** keseimbangan, *power* otot tungkai, tendangan penalti

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN LEG MUSCLE POWER AND BALANCE WITH THE RESULT OF PENALTY KICKS IN FOOTBALL PLAYERS UKM AT THE UNIVERSITY OF LAMPUNG**

**By**

**ADI ANGGARA**

*This study aims to determine the relationship between leg muscle power and balance and the result of penalty kicks in football players UKM at the University of Lampung.*

*This research is correlational. The research sampling technique used was total sampling, with a total of 25 players from the University of Lampung football club. The instruments used in this study were the leg muscle power test using the standing broad jump, balance using the modifiield bass test, and penalty kick accuracy using the shooting test at goal. Data analysis techniques in this study used a simple correlation test analysis using product moment correlation formulas and multiple correlations.*

*The results showed that 1) There is a relationship between leg muscle power and the result of penalty kicks; the value of  $r_{x1.y} = 0,761 > r_{table (0,05)(23)} = 0,413$  with strong correlation criteria; 2) There is a relationship between balance and kick accuracy penalty; the value of  $r_{x2.y} = 0,571 > r_{table (0,05)(23)} = 0,413$  with moderate correlation criteria; and 3) There is a relationship between leg muscle power and balance with the result of penalty kicks; the value of  $r_{x1x2y} = 0,771 > r_{table (0,05)(23)} = 0,413$  with strong correlation criteria.*

**Keywords:** *accuracy of penalty kicks, balance, leg muscle power*