

ABSTRAK

HUBUNGAN POWER OTOT TUNGKAI DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP TENDANGAN JARAK JAUH PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA SMA NEGERI 1 PASIR SAKTI

Oleh

ARDIYANSYAH

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara power otot tungkai dan panjang tungkai terhadap hasil tendangan jarak jauh pada siswa SMA Negeri 1 Pasir Sakti. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasional. Sampel penelitian adalah atlet sepakbola SMA Negeri 1 Pasir Sakti yang berjumlah 20 anak. Analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur daya ledak otot tungkai adalah *vertical jump*, panjang tungkai menggunakan antropometer, dan tendangan jarak jauh dengan *long pass test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) ada hubungan power otot tungkai dengan hasil tendangan jarak jauh pada pemain sepakbola SMA Negeri 1 Pasir Sakti dengan nilai koefisien korelasi $(X1.Y) = 0,825$ dan memberikan pengaruh sebesar 68,20%. 2) ada hubungan panjang tungkai dengan hasil tendangan jarak jauh pada pemain sepakbola SMA Negeri 1 Pasir Sakti dengan nilai koefisien korelasi $(X2.Y) = 0,634$ dan memberikan pengaruh sebesar 40,23%. 3) ada hubungan power otot tungkai dan panjang tungkai dengan hasil tendangan jarak jauh pada pemain sepakbola SMA Negeri 1 Pasir Sakti dengan nilai koefisien korelasi $(X1.X2.Y) = 0,848$ dan memberikan pengaruh sebesar 71,92%.

Kata kunci: power otot tungkai, panjang tungkai, tendangan jarak jauh.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN LIMB MUSCLE POWER AND LIMBLENGTH TO LONG DISTANCE SHOTS IN FOOTBALL EXTRACURRICULAR STUDENTS PASIR SAKTI STATE 1ST SCHOOL

By

ARDIYANSYAH

This study aims to determine the relationship between leg muscle power and leg length on the results of long-distance kicks in SMA Negeri 1 Pasir Sakti. The research method used in this study is descriptive correlational. The research sample was 20 children from SMA Negei 1 Pasir Sakti. Data analysis uses product moment correlation. The instruments used to measure the explosive power of the leg muscles are the vertical jump, leg length using an anthropometer, and long distance kicks using the long pass test. The results showed that 1) there was a relationship between leg muscle power and the results of long distance kicks in soccer players at SMA Negeri 1 Pasir Sakti with a correlation coefficient $(X1.Y) = 0.825$ and gave an effect of 68.20%. 2) there is a relationship between leg length and the results of long distance kicks in soccer players at SMA Negeri 1 Pasir Sakti with a correlation coefficient $(X2.Y) = 0.634$ and has an effect of 40.23%. 3) there is a relationship between leg muscle power and leg length with the results of long distance kicks in soccer players at SMA Negeri 1 Pasir Sakti with a correlation coefficient value $(X1.X2.Y) = 0.848$ and gives an effect of 71.92%.

Keywords: *leg muscle power, leg length, long distance kick.*