

ABSTRAK

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI PADA *SHOOTING* PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS 10 SMAN 1 PAGELARAN

Oleh

Muhammad Reza Palupi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X SMAN 1 Pagelaran. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X yang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, sedangkan sampel penelitian berjumlah 36 siswa yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan meliputi tes kekuatan otot tungkai menggunakan *leg dynamometer* dan tes akurasi *shooting* menggunakan gawang bersekat. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi *Pearson Product Moment* dibantu program SPSS versi 27 setelah melalui uji prasyarat berupa uji normalitas dan linearitas. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan akurasi *shooting* dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,925 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin besar kekuatan otot tungkai yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam melakukan *shooting* secara akurat. Hasil ini sejalan dengan teori biomekanika yang menyatakan bahwa kekuatan otot tungkai berperan penting dalam menghasilkan tenaga, kestabilan, dan kontrol arah bola saat melakukan tendangan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kekuatan otot tungkai memiliki kontribusi signifikan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada permainan sepak bola. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi guru PJOK dalam merancang program latihan fisik yang terarah guna meningkatkan performa siswa dalam cabang olahraga sepak bola.

Kata kunci: kekuatan otot tungkai, akurasi *shooting*, sepak bola, pendidikan jasmani.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN LEG MUSCLE POWER AND SHOOTING ABILITY IN SOCCER AMONG TENTH-GRADE STUDENTS OF SMAN 1 PAGELARAN

By

Muhammad Reza Palupi

This study aims to determine the relationship between leg muscle strength and shooting accuracy in soccer among tenth-grade students at SMAN 1 Pagelaran. The research employed a quantitative method with a correlational design. The population consisted of all tenth-grade students participating in physical education classes, while the sample comprised 30 male students selected through purposive sampling. The instruments used included a leg dynamometer test to measure leg muscle strength and a goal partition test to measure shooting accuracy. Data analysis was conducted using the Pearson Product Moment correlation test assisted by SPSS version 27 after passing normality and linearity tests. The results revealed a very strong and significant relationship between leg muscle strength and shooting accuracy, with a correlation coefficient (r) of 0.925 and a significance value of $0.000 < 0.05$. These findings indicate that the greater the leg muscle strength possessed by students, the higher their ability to perform accurate shooting. This result aligns with biomechanical theories stating that leg muscle strength plays a crucial role in generating power, maintaining balance, and controlling ball direction during kicks. Therefore, it can be concluded that leg muscle strength has a significant contribution to improving shooting accuracy in soccer. The findings of this study are expected to serve as a reference for physical education teachers in designing effective training programs to enhance students' performance in soccer.

Keywords: *leg muscle strength, shooting accuracy, soccer, physical education.*