

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Kemampuan Shooting Pemain Sepakbola SMA Negeri 1 Sungai Penuh

Oleh: Ary Suud Cahyo Alben

Penelitian ini berawal dari hasil observasi yang penulis temui di lapangan, ternyata kemampuan *Shooting* pemain sepakbola SMAN 1 Sungai Penuh masih rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola SMAN 1 Sungai Penuh.

Jenis penelitian adalah korelasional dengan populasi adalah pemain sepakbola SMAN 1 Sungai Penuh yang berjumlah 20 orang pemain. Penarikan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan cara *Total Sampling* yang berjumlah 20 orang pemain. Data diambil dengan tiga cara, *Standing Broad Jump Test* untuk mengukur daya ledak otot tungkai, *Stork Stand Test* untuk mengukur keseimbangan dan *Shooting Test* untuk mengukur kemampuan *Shooting*. Data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *Product Moment* sederhana dan ganda, sedangkan untuk menentukan kontribusi dengan analisis koefisien determinan.

Berdasarkan analisis dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *Shooting*, dengan kontribusi sebesar 40,94%. Kemudian terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan *Shooting*, dengan kontribusi sebesar 29,564%. Dan terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan *Shooting* pemain sepakbola SMAN 1 Sungai Penuh, dengan kontribusi sebesar 53,53%.