

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap Akurasi *Shooting* Sepakbola Atlet SSB Tunas Harapan Lubuk Basung

Oleh: Riezky Irnando

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat akurasi *shooting* atlet sepakbola SSB Tunas Harapan Lubuk Basung, dan diduga masalah ini timbul disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya rendahnya tingkat daya ledak otot tungkai dan kelentukan terhadap kemampuan akurasi *shooting*. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelentukan terhadap akurasi *shooting* sepakbola atlet SSB Tunas Harapan Lubuk Basung.

Penelitian ini termasuk kedalam penelitian *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet SSB Tunas Harapan Lubuk Basung yang berjumlah 170 orang yang termasuk ke dalam kategori usia 10-14 th, 15-18 th dan usia 18 th keatas. Namun atlet yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah atlet dengan kategori usia 15-18 tahun, dan data sampel yang didapat berjumlah 32 orang sampel. Untuk mendapatkan data penelitian dilakukan tes daya ledak otot tungkai (*standing board jump*), tes kelentukan (*sit and reach*) dan tes *shooting* (tes sepak sasaran). Data yang diperoleh diuji dan dianalisis dengan *product moment*.

Dari hasil penelitian terlihat bahwa koefisien korelasi rhitung > rtabel (hipotesis diterima) dan pengujian signifikan koefisien variabel X1 - Y, X2 - Y dan X1 X2 terhadap Y diperoleh Fhitung > Ftabel. Dari hasil penelitian ini membuktikan: (1) terdapat kontribusi antara variabel daya ledak otot tungkai X1 terhadap akurasi *shooting* (Y) sebesar 52,7%. (2) terdapat kontribusi antara variabel kelentukan (X2) terhadap akurasi *shooting* (Y) sebesar 30,1%. (3) terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai (X1) dan kelentukan (X2) terhadap akurasi *shooting* (Y) sebesar 68,7%.