

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Kemampuan *Long Passing* Pemain Usia 14-16 SSB Putra Wijaya Kota Padang

Oleh: Rory Prima Putra

Masalah dalam penelitian ini adalah Kemampuan *long passing* pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang belum begitu baik, karena *long passing* yang dilakukan sering tidak mencapai sasaran. Banyak faktor yang menyebabkan belum baiknya *long passing* atlet tersebut, diantaranya adalah daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot perut. Untuk itu perlu dilakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui adakah kontribusi daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot perut terhadap *Long passing*, serta seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot perut secara bersama-sama terhadap *long passing* pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi penelitian adalah pemain sepakbola SSB Putra Wijaya Padang yang berjumlah 25 orang. Sampel dengan teknik *purposive sampling*, yaitu mengambil sampel berdasarkan keadaan tertentu sehingga tidak semua populasi dijadikan sampel, karena kelompok umur 14-16 sudah terprogram latihannya. Data dikumpulkan menggunakan tes terhadap ketiga variabel tersebut. Data variabel daya ledak otot tungkai diambil dengan *Standing Broad Jump Test*, variabel Kekuatan otot perut menggunakan tes *Sit-Up* 30 detik dan *long passing* menggunakan tes *long passing*. Teknik analisis data adalah dengan korelasi *product-moment*, dan korelasi ganda.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: 1) Daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap *long passing* pada pemain sepakbola usia 14-16 SSB Putra Wijaya Kota Padang, dengan kontribusi sebesar 12,2%. 2) Kekuatan otot perut memberikan kontribusi yang signifikan terhadap *long passing* pada pemain sepakbola usia 14-16 SSB Putra Wijaya Padang, dengan kontribusi sebesar 13,6%. 3) Daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot perut bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap *long passing* pada pemain sepakbola usia 14-16 SSB Putra Wijaya Kota Padang, dengan kontribusi sebesar 21,9%.