

ABSTRAK

Hubungan *Power* Otot Tungkai Dan Kelentukan Terhadap Jaunya *Heading* Pemain Sepakbola Di Sekolah Sepakbola Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam

OLEH : HENGKI SARUKA (2012) :

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan *heading* pemain Sepakbola di Sekolah Sepakbola Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam. Penelitian ini untuk mengetahui bagaimana hubungan *Power* Otot Tungkain terhadap Jaunya *heading*, hubungan kelentukan terhadap jauhnya *heading*, hubungan antara *Power* Otot Tungkai dan kelentukan terhadap jauhnya *Heading*.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan atau peranan variabel *predictor* terhadap variabel yang diprediksi. Populasi penelitan adalah seluruh pemain sekolah sepakbola Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam yang berjumlah 75 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling* yang berjumlah 25 orang. Instrumen yang digunakan adalah tes *Power* Otot Tungkai dilakukan dengan tes "*half squat jump*", kelentukan dilakukan dengan *Flexiometer* dan untuk jauhnya *heading* dilakukan tes kemampuan *heading*.

Hasil Penelitian adalah; 1). Menyatakan terdapat hubungan yang berarti antara *Power* Otot Tungkai dengan Jauhnya *Heading*. 2). Menyatakan terdapat hubungan yang berarti antara Kelentukan dengan Jauhnya *Heading*. 3). Menyatakan terdapat hubungan yang berarti antara *Power* Otot Tungkai dan Kelentukan Terhadap Jauhnya *Heading*. Untuk mendapatkan hasil jauhnya *heading* pemain sekolah sepakbola Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam harus ditingkatkan lagi latihan sesuai dengan program yang telah dibuat.