

ABSTRAK

Sumardianto. (2020). Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Heading* Pemain Sepakbola PSTS Tabing U-15

Masalah dalam penelitian ini berawal dari rendahnya kemampuan pemain dalam menyundul bola. Hal ini terlihat ketika pemain sepakbola PSTS Tabing U-15 sedang berlatih maupun bertanding, dimana pemain sepakbola PSTS Tabing U-15 ketika mendapat peluang menyundul hasilnya kurang sempurna. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *heading* pemain sepakbola PSTS Tabing U-15.

Jenis penelitian ini adalah korelasional yang menghubungkan antara variabel bebas yaitu daya ledak otot tungkai dengan variabel terikat yaitu kemampuan *heading* (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola PSTS Tabing U-15 berjumlah 18 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *Total Sampling*, sehingga sampel dalam penelitian ini adalah pemain PSTS Tabing U-15 yang berjumlah 18 orang. Pengumpulan data daya ledak otot tungkai menggunakan tes *vertical jump* dan kemampuan *heading* bola menggunakan tes *heading the ball*. Data diperoleh dianalisis menggunakan rumus korelasi *product moment* dan signifikansi uji t dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan, bahwa terdapatnya hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *heading* pemain sepakbola PSTS Tabing U-15 ($r_{hitung} = 0,975 > r_{tabel} = 0,468$ dan $t_{hitung} = 17,49 > t_{tabel} = 1,74$). Hal ini berarti, semakin kuat daya ledak otot tungkai pemain sepakbola PSTS Tabing U-15, maka cenderung kemampuan menyundul bola dalam permainan sepakbola juga semakin meningkat. Dalam arti lain, hipotesis diterima (signifikan).