

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelenturan dengan Kemampuan Long Passing Pemain Sepakbola SMPN 7 Padang

Oleh: Yandi Zatria

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelenturan dengan kemampuan *long passing* pemain sepakbola SMPN 7 Padang. Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian ini seluruh pemain SMPN 7 Padang yang terdaftar dan ikut aktif mengikuti latihan sebanyak 16 orang, sedangkan sampel, siswa yang aktif ataupun siswa yang terpilih dalam seleksi untuk mengikuti berbagai pertandingan yaitu sebanyak 16 orang. Daya ledak otot tungkai dengan menggunakan tes *standing board jump*, kelenturan dengan menggunakan tes *flexiometer*, dan tes kemampuan *long passing*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis *product moment*.

Berdasarkan hasil analisis data ditemukan; Daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi sebesar 35,97% terhadap kemampuan long passing dan kelenturan memberikan kontribusi sebesar 30,48% terhadap kemampuan long passing pemain sepakbola SMPN 7 Padang, selanjutnya daya ledak otot tungkai dan kelenturan secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 45,82% terhadap kemampuan long passing pemain sepakbola SMPN 7 Padang.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Kemampuan Long Passing