

ABSTRAK

”Kontribusi Kekuatan Otot Perut Dan Kelentukan Togok Terhadap Kemampuan Menyundul Bola Posisi Berdiri Kaki Sejajar Pemain Sepak Bola SSB Telkom Padang”

Oleh : **Muhammad Hidayat Z (2012).**

Pemain sepak bola SSB Telkom Padang masih belum maksimal dalam melakukan kemampuan menyundul bola. Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui kontribusi kekuatan otot perut (X_2) dan kelentukan togok (X_3) terhadap kemampuan menyundul bola posisi berdiri kaki sejajar pemain sepak bola SSB Telkom Padang (X_1).

Populasi penelitian ini adalah pemain sepak bola SSB telkom Padang yang terdaftar dan aktif mengikuti latihan yaitu U(17) berjumlah 20 orang. Penarikan sampel dengan *purposive sampling* yaitu pemain U(17) yang berjumlah 20 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur kekuatan otot perut menggunakan tes *Sit-up* dan kelentukan togok melalui tes *Goneometry*. Selanjutnya kemampuan menyundul bola dilakukan dengan tes kemampuan menyundul bola posisi berdiri kaki sejajar. Analisa data dan pengujian Analisis Interkorelasi 1 dan 2 menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan sedangkan hipotesis 3 menggunakan teknik analisis korelasi ganda dengan *Doolittle* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Untuk melihat kontribusi dengan menggunakan rumus koefisien determinasi $Kd = \beta_{1,K} \times r_{2K} \times 100\%$.

Dari analisis data melalui analisis *Doolittle* dapat diperoleh hasil :

1. Terdapat Kontribusi antara Kekuatan otot perut terhadap Kemampuan Menyundul bola sebesar 45,7%
2. Terdapat Kontribusi antara Kelentukan Togok terhadap Kemampuan Menyundul bola sebesar 30,8% .
3. Terdapat Kontribusi antara Kekuatan otot Perut dan Kelentukan Togok Secara bersama-sama terhadap Kemampuan Menyundul bola sebesar 76,5%.