

## ABSTRAK

### Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Perut terhadap Kemampuan *Heading* Pemain PS. Rajawali.

OLEH : Alfi Raharno /2011

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui tentang Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Perut (X) sebagai variabel bebas terhadap kemampuan *heading* pemain PS. Rajawali (Y) sebagai variabel terikat, dimana terdapat kontribusi yang signifikan antara daya tahan kekuatan otot perut terhadap kemampuan heading pemain PS. Rajawali.

Populasi penelitian ini adalah pemain PS. Rajawali yang terdaftar sebagai pemain ditahun 2011 yang berjumlah 30 orang berumur 18 tahun keatas. Pengambilan sampel dilakukan secara total sampling yaitu seluruh pemain PS. Rajawali dijadikan sampel yaitu 30 orang.

Teknik pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur daya tahan kekuatan otot perut melalui *sit up* selama 30 detik dan kemampuan *heading* dengan *heading* berdiri. Analisa data dan pengujian hipotesis penulisan menggunakan teknik analisis korelasi sederhana (product-moment) dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Dari analisis data dapat diperoleh hasil: "Terdapat Kontribusi Antara Daya Tahan Kekuatan Otot Perut Terhadap Kemampuan *Heading* pemain PS. Rajawali sebesar 57,45%".

**Kata kunci:** Daya Tahan Kekuatan Otot Perut dan Kemampuan *Heading*.

