



**SUMBANGAN KECEPATAN AYUNAN KAKI, DAYA LEDAK OTOT
TUNGKAI
DAN KEKUATAN OTOT PERUT TERHADAP HASIL TENDANGAN JARAK
JAUH MELAMBUNG DENGAN KURA-KURA KAKI BAGIAN DALAM
PADA TIM SSB MONDOTEKO PUTRA REMBANG**

SKRIPSI

Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Pada Universitas Negeri Semarang

Oleh :

Widhi Priyono

6101404007

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2011

SARI

Widhi Priyono (2011): Sumbangan Kecepatan Ayunan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Hasil Tendangan Jarak Jauh Melambung Dengan Kura-kura Kaki Bagian Dalam Pada SSB Mondoteko Putra Rembang 2010.

Kata kunci : kecepatan ayunan, daya ledak otot tungkai, kekuatan otot perut, tendangan jarak jauh.

Permasalahan penelitian adalah : (1) Apakah ada sumbangan kecepatan ayunan terhadap tendangan jarak jauh melambung menggunakan kura-kura kaki bagian dalam? (2) Apakah ada sumbangan kekuatan otot tungkai terhadap hasil tendangan jarak jauh melambung menggunakan kura-kura kaki bagian dalam? (3) Apakah ada sumbangan kekuatan otot perut terhadap hasil tendangan jarak jauh melambung menggunakan kura-kura kaki bagian dalam? (4) Apakah ada sumbangan dari kecepatan ayunan, daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot perut terhadap hasil tendangan jarak jauh melambung menggunakan kura-kura kaki bagian dalam? Tujuan penelitian untuk mengetahui Sumbangan kecepatan ayunan, kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut terhadap hasil tendangan jarak jauh melambung menggunakan kura-kura kaki bagian dalam secara parsial dan simultan.

Metode penelitian menggunakan *survey test*. Populasi penelitian ini adalah siswa dari SSB Mondoteko Putra Rembang yang berjumlah 45 orang dan seluruh populasi dijadikan sampel. Analisis data menggunakan analisis regresi tunggal dan analisis regresi ganda. Sebelum uji hipotesis dilakukan uji persyaratan analisis hipotesis, untuk uji normalitas data dengan menggunakan *Chi-Square* dan untuk uji linieritas garis regresi dengan uji t dan uji F dengan menggunakan taraf signifikan 5%.

Hasil analisis data diperoleh bahwa sumbangan kecepatan ayunan kaki terhadap hasil tendangan jarak jauh kura-kura kaki dalam sebesar 18.15%. Sumbangan daya ledak otot tungkai terhadap hasil tendangan jarak jauh kura-kura kaki dalam sebesar 28,20%. Sumbangan kekuatan otot perut terhadap hasil tendangan jarak jauh kura-kura kaki dalam sebesar 19.53%. Sumbangan kecepatan ayunan kaki, daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot perut terhadap hasil tendangan jarak jauh kura-kura kaki dalam secara simultan (bersama-sama) sebesar 70.7%.

Saran dari penelitian ini adalah berdasarkan hasil penelitian ini ternyata sumbangan daya ledak otot tungkai terhadap hasil tendangan jarak jauh lebih besar dari kecepatan ayunan kaki dan kekuatan otot perut.