

SARI

Faozal Hersining (2009) : Sumbangan Panjang Lengan, Kekuatan Otot Lengan dan Kelentukan Togok Terhadap Hasil Lemparan Kedalam Pada Mahasiswa Ilmu Kepeleatihan Khusus Sepakbola PKLO-FIK-UNNES Tahun 2009.

Permasalahan penelitian adalah : 1) Adakah sumbangan panjang lengan terhadap hasil lemparan kedalam. 2) Adakah sumbangan kekuatan otot lengan terhadap hasil lemparan kedalam. 3) Adakah sumbangan kelentukan togok dengan hasil lemparan kedalam. 4) Adakah sumbangan panjang lengan, kekuatan otot lengan, dan kelentukan togok terhadap hasil lemparan kedalam? Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui : 1) Besar sumbangan panjang lengan terhadap hasil lemparan kedalam. 2) Besar sumbangan otot lengan terhadap hasil lemparan kedalam. 3) Besar sumbangan kelentukan togok terhadap hasil lemparan kedalam. 4) Besar sumbangan panjang lengan, kekuatan otot lengan, dan kelentukan togok terhadap hasil lemparan kedalam.

Metode penelitian menggunakan *survey test*. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa IKK Sepakbola PKLO-FIK-UNNES, berjumlah 38 orang. Semua populasi dijadikan sampel. Metode pengolahan data menggunakan penghitungan-penghitungan statistik. Sebelum dilakukan uji sumbangan, dilakukan uji persyaratan analisis yakni 1) Uji Normalitas menggunakan *kolmogorov-Smirnov* tes, 2) Uji Homogenitas menggunakan *Chi-Square* dan 3) untuk uji linieritas garis regresi dengan melihat nilai F, 4) Uji keberartian model, uji sumbangan dengan uji regresi sederhana dan regresi ganda. Pengolahan data dengan komputerisasi dengan sistem SPSS versi 10.

Hasil penelitian adalah : 1) Dari hasil perhitungan sumbangan panjang lengan terhadap hasil lemparan kedalam diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 2.116 dan nilai signifikansi sebesar $0.037 < 0.05$ maka kesimpulannya ialah terdapat hubungan, dan sumbangannya sebesar $0.115 \times 100\% = 11.5\%$, 2) Dari perhitungan sumbangan kekuatan otot lengan terhadap hasil lemparan diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 2.212 dan nilai signifikansi sebesar $0.033 < 0.05$ kesimpulannya terdapat hubungan, dan sumbangannya sebesar $0.120 \times 100\% = 12\%$, 3) Dari hasil perhitungan sumbangan kelentukan togok terhadap hasil lemparan kedalam nilai t_{hitung} sebesar 2.272 dan nilai signifikansi sebesar $0.029 < 0.05$ maka kesimpulannya terdapat hubungan dan sumbangannya sebesar $0.125 \times 100\% = 12.5\%$, 4) Berdasarkan hasil perhitungan sumbangan variabel X terhadap variabel Y, diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 4.402 dan nilai signifikansi sebesar $0.010 < 0.05$ kesimpulannya terdapat hubungan dan sumbangannya sebesar $0.280 \times 100\% = 28\%$.

Saran penelitian ialah : 1) Disarankan agar latihan keterampilan dasar ditingkatkan dan diberikan secara lebih efektif. 2) Harap diketahui bahwa panjang lengan, kekuatan otot lengan, dan kelentukan togok ada hubungan yang signifikan dengan hasil lemparan ke dalam, dan memberikan sumbangan yang cukup, baik maka perlu dilatih secara efektif. 3) Kepada para peneliti dan pemerhati sepakbola, disarankan untuk melakukan penelitian lanjut dengan menambah variabel yang

diperkirakan mempunyai hubungan yang signifikan, misalnya dan kelentukan otot punggung dan kekuatan otot tungkai.

