

## SARI

**Hajar Waluyo Jati, 2010, HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI, KEKUATAN OTOT TUNGKAI, DAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP HASIL KETEPATAN TENDANGAN KE GAWANG PADA MAHASISWA UKM FUTSAL UNNES TAHUN 2010.** Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah : 1) Apakah ada hubungan panjang tungkai terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang? 2) Apakah ada hubungan kekuatan otot tungkai terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang? 3) Apakah ada hubungan daya ledak otot tungkai terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang? 4) Apakah ada hubungan bersama antara panjang tungkai dan kekuatan otot tungkai terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang? 5) Apakah ada hubungan bersama antara panjang tungkai dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang? 6) Apakah ada hubungan bersama antara kekuatan otot tungkai dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang? 7) Apakah ada hubungan panjang tungkai, kekuatan otot tungkai, dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang?

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik survey tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah tim UKM futsal Unnes Tahun 2010 yang berjumlah 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah semua anggota populasi yaitu tim UKM futsal Unnes Tahun 2010 berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling*. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu panjang tungkai, kekuatan otot tungkai, daya ledak otot tungkai, dan variabel terikat yaitu hasil ketepatan tendangan ke gawang. Instrumen dalam penelitian ini yaitu tes pengukuran panjang tungkai, kekuatan otot tungkai, daya ledak otot tungkai dan hasil ketepatan tendangan ke gawang. Teknik analisis data menggunakan teknik korelasi dan regresi sederhana dan ganda

Hasil penelitian diperoleh : 1) harga koefisien korelasi hitung ( $r_0$ ) sebesar 0,440, sedang  $r_{tabel}$  pada  $N : 30$  dan  $\alpha : 5\%$  sebesar 0,361, ( $r_0 > r_{tabel}$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara panjang tungkai terhadap ketepatan tendangan ke gawang, 2) harga koefisien korelasi hitung ( $r_0$ ) sebesar 0,557, sedang  $r_{tabel}$  pada  $N : 30$  dan  $\alpha : 5\%$  sebesar 0,361, ( $r_0 > r_{tabel}$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke gawang, 3) harga koefisien korelasi hitung ( $r_0$ ) sebesar 0,526, sedang  $r_{tabel}$  pada  $N : 30$  dan  $\alpha : 5\%$  sebesar 0,361, ( $r_0 > r_{tabel}$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke gawang, 4) harga koefisien korelasi hitung ( $r_0$ ) sebesar 0,627 sedang  $r_{tabel}$  pada  $N : 30$  dan  $\alpha : 5\%$  sebesar 0,361, ( $r_0 > r_{tabel}$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke gawang, 5) harga koefisien

korelasi hitung ( $r_0$ ) sebesar 0,610, sedang  $r_{tabel}$  pada  $N : 30$  dan  $\alpha : 5\%$  sebesar 0,361, ( $r_0 > r_{tabel}$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke gawang, 6) harga koefisien korelasi hitung ( $r_0$ ) sebesar 0,669, sedang  $r_{tabel}$  pada  $N : 30$  dan  $\alpha : 5\%$  sebesar 0,361, ( $r_0 > r_{tabel}$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke gawang, 7) harga koefisien korelasi hitung ( $r_0$ ) sebesar 0,704, sedang  $r_{tabel}$  pada  $N : 30$  dan  $\alpha : 5\%$  sebesar 0,361, ( $r_0 > r_{tabel}$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara panjang tungkai, kekuatan otot tungkai dan daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan tendangan ke gawang.

Saran penelitian ini adalah : 1) Bagi tim UKM futsal Unnes dalam melakukan seleksi pemain hendaknya lebih mengutamakan pemain yang memiliki tungkai kaki yang lebih panjang 2) Bagi pemain futsal agar memiliki ketepatan tendangan yang baik salah satunya adalah dengan meningkatkan kekuatan otot tungkainya. 3) Selain meningkatkan kekuatan otot tungkai pemain futsal hendaknya meningkatkan daya ledak otot tungkainya karena dengan daya dorong tungkai yang besar akan berpengaruh terhadap hasil ketepatan tendangan ke gawang. 4) Bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian yang sejenis dapat mengambil variabel lain seperti kelentukan otot tungkai atau kekuatan otot perut sehingga diperoleh informasi yang semakin lengkap terkait faktor faktor yang berhubungan dengan hasil ketepatan tendangan ke gawang.

