

ABSTRAK

Syahputra , Dery Nanda. 2020. *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Otot Perut Terhadap Akurasi Shooting Pada Esktrakurikuler Futsal MTs Birul Ulum Gemurung.* Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Dr. Sumardi, M.Kes

Kata Kunci: *otot tungkai, Otot Perut, Akurasi Shooting*

Futsal adalah permainan yang dimainkan oleh 5 orang tiap regu yang dimainkan oleh 2 regu. Hal yang menarik dalam permainan ini pada saat mencetak gol. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui akurasi *shooting* dalam permainan futsal maka dari itu peneliti melakukan penelitian dengan judul Hubungan Otot Tungkai dan Otot Perut Terhadap Akurasi *Shooting*.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *survey crosssectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek dengan cara pendekatan, observasi, atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Cara pengambilan data untuk otot tungkai menggunakan alat yang dinamakan *Back and Leg Dynamometer*, otot perut dengan cara *sit up* selama 30 detik sedangkan akurasi *shooting* menggunakan gawang bertarget. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*.

Hasil penelitian yang ditemukan dalam penelitian ini hubungan antara otot tungkai dengan akurasi *shooting* rhit sebesar 0,601. Kedua ditemukan hubungan antara otot perut dengan akurasi *shooting* rhit sebesar 0,611. Ketiga ditemukan hubungan antara otot tungkai dan otot perut terhadap akurasi *shooting* rhit sebesar 0,725 lalu dikonsultasikan rhit pada rtabel dengan taraf signifikan 5% = 0,444 yang berbunyi, ada hubungan antara otot tungkai dan otot perut terhadap akurasi *shooting*

ABSTRACT

Syahputra, Dery Nanda. 2020. *Relationship between Leg Muscle Strength and Abdominal Muscles Against Shooting Accuracy in Futsal Extracurricular MTs Birul Ulum Gemurung.* Thesis of Physical Education Study Program. Faculty of Teacher Training and Education University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor: Dr. Sumardi, M.Kes

Keywords: *leg muscles, abdominal muscles, shooting accuracy*

Futsal is a game played by 5 people per team played by 2 teams. The interesting thing in this game when scoring goals. The purpose of this research was to determine the accuracy of shooting in futsal game and therefore the researchers conducted research with the title Relationship of Leg Muscles and Abdominal Muscles Against Shooting Accuracy.

This research is quantitative research, the research method used is a cross-sectional survey method, a study to study the dynamics of the correlation between risk factors and effects by means of approach, observation, or data collection at one time (point time approach). The method of collecting data for leg muscles uses a tool called Back and Leg Dynamometer, the abdominal muscles sit up till 30 second while the accuracy of shooting uses a targeted goal. Data analysis techniques using product moment correlation.

The result of the study found in this study found in this study the relationship between leg muscles with an accuracy of shooting rhit of 0,601. The second found a relationship between abdominal muscles with an accuracy of shooting rhit or 0,611. Third, it was found that there was a relationship between leg muscles and abdominal muscles with shooting accuracy of 0,725 and then consulted with r hit on a table with significant level of 5% = 0,444 which sounded, there was a relationship between leg muscles and abdominal muscles on shooting accuracy