

## ABSTRAK

Evendi, Wakhid.2020. *Sumbangan Kekeuatan Otot Tungkai dan Kelentukan Otot Tungkai Terhadap Kekuatan Tendangan Siswa Ekstrakulikuler Seoakbola Smp Negeri 2 Krian.* Program Studi Pendidikan Jasmani. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing Santika Rentika Hadi Dr.,M.Kes.

Kata Kunci: kekuatan otot tungkai, kelentukan otot tungkai, kekuatan tendangan, sepakbola.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sumbangan kekuatan otot tungkai dan kelentukan otot tungkai terhadap kekuatan tendangan siswa ekstrakulikuler sepakbola smp Negeri 2 Krian.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-eksperimen dan Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, Dengan metode yang digunakan adalah regresi. Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Ekstrakulikuler Sepakbola Smp Negeri 2 Krian yang berjumlah 30 siswa, Seluruh populasi digunakan dalam penelitian ini. Instrumen penelitian untuk mengukur kekuatan otot tungkai di ukur menggunakan leg dynamometer, Kelentukan otot tungkai di ukur menggunakan tes tembok bersekala, dan kekuatan tendangan di ukur dari jauh nya bola yang di tendang. Analisis data menggunakan regresi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, Ada sumbangan kekuatan otot tungkai dan kelentukan otot tungkai terhadap kekuatan tendanga siswa ekstrakulikuler sepakbola Smp Negeri 2 Krian, Dengan nilai Sig. untuk hubungan kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan kelentukan otot tungkai ( $X_2$ ) secara simultan terhadap hasil kekuatan tendangan ( $Y$ ) adalah sebesar  $0,000 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_3$  diterima yang berarti terdapat hubungan kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ) dan kelentukan otot tungkai ( $X_2$ ) secara simultan terhadap hasil kekuatan tendangan ( $Y$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat sumbangan antara kekuatan otot tungkai dan kelentukan otot tungkai terhadap kekuatan tendangan dalam permainan sepakbola.

## ABSTRACT

Evendi, Wakhid.2020. Contribution of Leg Muscle Strength and Limb Muscle Strength To the Kick Strength of Junior High School 2 Extracurricular Soccer Students Krian. Physical Education Study Program. PGRI Adi Buana University Surabaya. Supervisor Santika Rentika Hadi Dr., M. Kes.

Keywords: leg muscle strength, leg muscle flexibility, kick strength, soccer.

This study aims to determine the contribution of leg muscle strength and leg muscle flexibility to the kick strength of extracurricular soccer students in Negeri 2 Krian Junior High School.

The method used in this study is non-experimental and this type of research uses quantitative research types, the method used is regression. Data collection techniques using tests and measurements. The population in this study was the Junior High School 2 Krian Junior High School Extracurricular students totaling 30 students, the entire population was used in this study. Research instruments to measure leg muscle strength were measured using a leg dynamometer, leg muscle determination was measured using a scaled wall test, and kick strength was measured from the distance of the kicked ball. Data analysis uses regression.

The results showed that, there was a contribution of leg muscle strength and leg muscle flexibility to the strength of the extracurricular kicks at Junior High School 2 Krian football students, with a Sig. for the relationship of leg muscle strength (X1) and leg muscle flexibility (X2) simultaneously to the result of kick strength (Y) is 0,000 <0.05, so it can be concluded that H3 is accepted which means there is a relationship between leg muscle strength (X1) and flexibility leg muscles (X2) simultaneously towards the result of kick strength (Y). Thus it can be concluded that there is a contribution between leg muscle strength and leg muscle flexibility to kick strength in soccer.