

ABSTRAK

Anjasmoro Lathariadi. 2020. *Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai terhadap Akurasi Shooting pada Ekstrakurikuler Futsal di SMA Al Islam Krian Sidoarjo*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Drs. Ismawandi, B.P., M.Pd.

Kata Kunci: *Kekuatan Otot Tungkai, Akurasi Shooting, Futsal*

Shooting yang dilakukan oleh siswa ekstrakurikuler di SMA Al Islam Krian masih kurang baik dan sering tidak tepat pada *sasaran gawang*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Metode squat jump untuk melatih kekuatan otot tungkai pada siswa ekstrakurikuler SMA Al Islam Krian.

Jenis penelitian adalah eksperimen dengan desain "*posttest-only design* dan *pretest-posttest control group design*". Populasi penelitian adalah siswa SMA Al Islam Krian yang berjumlah 40 orang. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian. Jadi instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikansi 5%.

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pengolahan data yang sudah dilakukan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap akurasi shooting ekstrakurikuler di SMA Al ISLAM. Hasil tersebut ditunjukkan dengan hasil data menggunakan bantuan SPSS 20. ditemukan hasil uji t untuk nilai *sig (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada pengaruh kekuatan otot tungkai terhadap akurasi shooting ekstrakurikuler di SMA Al ISLAM

ABSTRACT

Anjasmoro Lathariadi. 2020. Effect of Leg Muscle Strength on v Shooting Accuracy in Futsal Extracurricular at Al Islam Krian High School, Sidoarjo. Thesis.Physical Education Study Program. Faculty of Teacher Training and Education. PGRI Adi Buana University Surabaya. Supervisor : Drs. Ismawandi,B.P.,M.Pd.

Keywords : Leg Muscle Strength, Shooting Accuracy, Futsal.

Shooting by extracurricular students at Al Islamkrian High School is still not good and is often not on target. This study aims to determine the effect of the squat jump method to train leg muscle strength in extracurricular students of Al Islam Krian High School.

This type of research is an experiment with the design "posttest-only design and pretest-posttest control group design".The study population was 40 students of Al Islam krian high school. Measuring instruments in research are usually called research instruments. So the research instrument is a tool used to measure observed natural and social phenomena. Data analysis using t test with a significance level of 5%.

Based on the results of research and data processing that has been done above it can be concluded that there is a significant effect on leg muscle strength on the accuracy of extracurricular shooting at Al ISLAM High School. These results are indicated by the results of data using SPSS 20. The t test results for the siq (2-tailed) value of $0,000 < 0.05$, it can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted, so there is an influence of leg muscle strength on the accuracy of extracurricular shooting at Al ISLAM High School.