

Abstrak

HUBUNGAN POWER OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA KAKI DAN PANJANG TUNGKAI DENGAN TENDANGAN JARAK JAUH SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA MAN 1 BANYUMAS

Muhammad 'Abdul Wahid

Latar Belakang: Sepakbola merupakan olahraga yang memiliki berbagai macam teknik, taktik, fisik, dan mental. Komponen biomotor seperti *power* otot tungkai, koordinasi mata kaki dan panjang tungkai merupakan unsur fisik dan antropometri yang dibutuhkan setiap pemain sepakbola.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai, koordinasi mata kaki dan panjang tungkai dengan tendangan jarak jauh siswa ekstrakurikuler sepakbola MAN 1 Banyumas.

Metode: Desain penelitian yang digunakan yaitu korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan total *sampling* dimana jumlah sampel sebanyak 17 orang. Data dianalisis menggunakan uji hipotesis *pearson product moment* dan uji korelasi ganda.

Hasil: Hasil uji korelasi antara *power* otot tungkai dengan tendangan jarak jauh $p=0,041$ ($p<0,05$), hasil uji korelasi antara koordinasi mata kaki dengan tendangan jarak jauh $p=0,003$ ($p<0,05$), hasil uji korelasi antara panjang tungkai dengan tendangan jarak jauh $p=0,045$ ($p<0,05$), dan hasil uji korelasi ganda menunjukkan $p=0,028$ ($p<0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai, koordinasi mata kaki dan panjang tungkai dengan tendangan jarak jauh siswa ekstrakurikuler sepakbola MAN 1 Banyumas.

Kata Kunci: *Power* Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Panjang Tungkai, Tendangan Jarak Jauh

Abstract

**RELATIONSHIP OF LEG POWER MUSCLE, ANKLE COORDINATION
AND LENGTH OF LEGS WITH LONG DISTANCE KICK OF
EXTRACURRICULAR STUDENT FOOTBALL PLAYER
AT MAN 1 BANYUMAS**

Muhammad 'Abdul Wahid

Background: Football is a sport that has a variety of techniques, tactics, physical, and mental. Biomotor components such as leg muscle power, ankle coordination and leg length are the physical and anthropometric elements needed by every football player.

Objective: To find out the relationship between leg muscle power, ankle coordination and leg length with long distance kick of extracurricular student football player at MAN 1 Banyumas.

Method: The research design used is correlational. The sampling technique uses total sampling with the number of samples 17 people. Data were analyzed using Pearson product moment hypothesis test and multiple correlation test.

Results: Correlation test results between leg muscle power with long distance kicks $p = 0.041$ ($p < 0.05$), correlation test results between ankle coordination with long distance kicks $p = 0.003$ ($p < 0.05$), correlation test results leg length with a long distance kick $p = 0.045$ ($p < 0.05$), and the results of the double correlation test showed $p = 0.028$ ($p < 0.05$).

Conclusion: There is a significant relationship between leg muscle power, ankle coordination and leg length with the long-distance kick of extracurricular student football player at MAN 1 Banyumas.

Keywords: Leg muscle power, ankle coordination, leg length, long distance kick.