

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN AKURASI TENDANGAN *LONG PASS*:

Studi *Cross Sectional* pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Jenderal Soedirman

Tedi Ismayadi¹, M. Nanang Himawan Kusuma², M. Zaenuri Syamsu Hidayat¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

²Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Soedirman

Email: tdsmyd@gmail.com

ABSTRAK

Sepakbola adalah cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh semua lapisan masyarakat. Menendang adalah teknik dasar yang paling dominan dalam permainan sepakbola. Parameter tendangan baik yaitu memiliki jangkauan dan akurasi yang tinggi. Ketika melakukan tendangan, komponen biomotorik yang paling dominan adalah kekuatan otot tungkai. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai dengan akurasi tendangan *long pass* pada mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Jenderal Soedirman. Desain penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* dengan besar sampel 43 orang. Pemilihan subyek didasarkan kriteria inklusi dan eksklusi hingga kuota terpenuhi. Subyek terlebih dahulu diukur kekuatan ototnya dengan menggunakan *back leg dynamometry* kemudian melakukan Tes Passing Lambung Bobby Charlton untuk menilai akurasi tendangan *long pass*. Uji analisis menggunakan *Spearman* menunjukkan terdapat hubungan positif rendah ($r = 0,361$) yang bermakna ($p = 0,017$) antara kekuatan otot tungkai dengan akurasi tendangan *long pass* pada mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Jenderal Soedirman ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan akurasi tendangan *long pass* pada mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Jenderal Soedirman, semakin kuat kekuatan otot tungkai maka akan berdampak ringan pada semakin tingginya akurasi tendangan *long pass*.

Kata kunci: Kekuatan otot tungkai, akurasi tendangan *long pass*

CORRELATION OF LEG MUSCLE STRENGTH AND LONG PASS ACCURACY KICK:

Cross Sectional Study on Study Program Student Health Physical Education and Recreation Jenderal Soedirman University

Tedi Ismayadi¹, M. Nanang Himawan Kusuma², M. Zaenuri Syamsu Hidayat¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

²Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Soedirman

Email: tdsmyd@gmail.com

ABSTRACT

Football is the sport most favored by all levels of society. Kicking is the basic technique is the most dominant in the game of football. Best kick parameters which has a range and high accuracy. When performing kicks, biomotoric component is the most dominant leg muscle strength. The purpose of this study to determine the relationship leg muscle strength and long pass accuracy kick on students majoring in Health Physical Education and Recreation Jenderal Soedirman University. The study design was observational analytic with cross sectional approach with a sample size of 43 people. Selection was based subject inclusion and exclusion criteria until the quota is met.Obect first measured their muscle strength by using a back leg dynamometry and then do the Bobby Charlton Long Pass Test. Test analysis using Spearman showed a low positive correlation ($r = 0.361$) were significant ($p = 0.017$) between the leg muscle strength with a long pass accuracy kick on students majoring in Health Physical Education and Recreation Jenderal Soedirman University ($p < 0.05$). It can be concluded there is a relationship between leg muscle strength with a long pass accuracy kick on students majoring in Health Physical Education and Recreation Jenderal Soedirman University, the stronger the leg muscle strength it will be a mild impact on the higher accuracy kick a long pass.

Keywords: Leg muscle strength, long pass accuracy kick