

**KONTRIBUSI *POWER* OTOT TUNGKAI, FLEKSIBILITAS
PANGGUL DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP HASIL
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Studi Deskriptif pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 7
Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2019/2020)

**RIFAL FAHMI
132191269**

Disetujui oleh

Pembimbing I

Pembimbing II

**Drs. H. Budi Indrawan, M.Pd.
NIDN 0401026401**

**Melya Nur Herlina, S.Pd., M.Pd.
NIDN 0004128902**

Disahkan oleh

Dekan FKIP UNSIL
Universitas Siliwangi,

Ketua Jurusan
Pendidikan Jasmani,

**Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd.
NIP 19630409 198911 1 001**

**Drs. H. Abdul Narlan, M.Pd.
NIDN 0415116301**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul KONTRIBUSI *POWER* OTOT TUNGKAI, FLEKSIBILITAS PANGGUL DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP HASIL *SHOOTING* DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA (Studi Deskriptif pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2019/2020), beserta seluruh isinya adalah sepenuhnya karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini saya siap menanggung konsekuensi atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi ini.

Tasikmalaya, Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan,

RIFAL FAHMI
132191269

ABSTRAK

RIFAL FAHMI. 2020. **Kontribusi *Power* Otot Tungkai, Fleksibilitas Panggul dan Panjang Tungkai terhadap Hasil *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang Kontribusi *Power* Otot Tungkai, Fleksibilitas Panggul dan Panjang Tungkai terhadap Hasil *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2019/2020. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dan instrumen dalam penelitian ini adalah tes *standing broad jump*, *flexion of trunk*, pengukuran panjang tungkai dan tes *shooting* sepak bola. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2019/2020 sebanyak 20 orang dengan menggunakan teknik *sampling jenuh*. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan uji statistik, ternyata secara empirik terdapat kontribusi yang berarti *power* otot tungkai, fleksibilitas panggul dan panjang tungkai terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2019/2020 hasilnya hipotesis diterima dan termasuk kategori cukup

Kata kunci : *power* otot tungkai, fleksibilitas panggul, panjang tungkai, *shooting*, sepak bola

ABSTRACT

RIFAL FAHMI. 2020. ***Contribution of Leg Muscle Power, Hip Flexibility and Leg Length to Shooting Results in Soccer Games.*** Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

The purpose of this study was to obtain information about the Contribution of Leg Muscle Power, Pelvic Flexibility and Leg Length to Shooting Results in Football Games for soccer extracurricular students at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya in the 2019/2020 academic year. The research method used is descriptive method and the instruments in this study are the standing broad jump test, flexion of trunk, leg length measurement and soccer shooting test. The population and sample in this study were 20 students of extracurricular football at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya in the academic year 2019/2020 using saturated sampling technique. Based on the results of data processing with statistical tests, it turns out that empirically there is a significant contribution to leg muscle power, pelvic flexibility and leg length to shooting results in soccer games for football extracurricular students at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya in the academic year 2019/2020 the results of the hypothesis are accepted and included in enough category

Keywords: leg muscle power, pelvic flexibility, leg length, shooting, soccer