

ABSTRAK

Yanuar Widodo, 2025. “*Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Keterampilan Long Passing Pada SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 Tahun*”. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Pembimbing Mega Widya Putri, S. Pd., M. Or.

Kata Kunci: Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut, Keterampilan *Long Passing* Sepak Bola.

Permasalahan dalam penelitian ini yaitu bahwasanya pemain sepak bola SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 tahun dalam melakukan *long passing* pemain masih belum sesuai harapan dan kurang maksimal, hal ini dapat dilihat dari 20 sampel yang diambil peneliti melakukan tes awal keterampilan *long passing* dengan presentase yang memiliki kategori baik sebanyak 2 orang atau 10%, kategori sedang sebanyak 3 orang atau 15%, kategori kurang sebanyak 11 orang 55%, dan kategori kurang sekali sebanyak 4 orang atau 20%. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut terhadap keterampilan *long passing* pada SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 tahun.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian deskriptif studi korelasional. Penelitian ini menggunakan bentuk *one-shoot test study* dimana pada penelitian ini pengambilan data hanya satu kali pengambilan atau *test*. Teknik pengambilan data pada penelitian ini dengan menggunakan *non probability sampling* yang berdasar pada *Purposive Sampling*. Pengambilan data dengan melakukan identifikasi melalui tes hubungan kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut terhadap keterampilan *long passing* pada atlet SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 tahun.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot perut terhadap keterampilan *long passing* pada SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 tahun. Hal ini dapat diketahui berdasarkan besarnya signifikansi F Change mendapatkan nilai sebesar 0.000 dimana nilai tersebut kurang dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa (H_a) diterima dan (H_o) ditolak. Berdasarkan analisis korelasi berganda diperoleh nilai R yang menunjukkan nilai korelasi sebesar 0.980 dimana nilai tersebut berada diantara 0.80-1.000 dengan tingkat keeratan sangat kuat, jadi tingkat keeratan hubungan antara variabel independet (X) dengan variabel dependent (Y) pada penelitian ini termasuk dalam kategori sangat kuat.

ABSTRACT

Yanuar Widodo, 2025. *“The Relationship Between Leg Muscle Strength and Abdominal Muscle Strength to Long Passing Skills at SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 Years”*. Thesis. Physical Education Study Program. Faculty of Health Sciences. Muhammadiyah University of Pekalongan. Advisor Mega Widya Putri, S. Pd., M. Or.

Keywords: *Leg Muscle Strength, Abdominal Muscle Strength, Football Long Passing Skills.*

The issue in this research is that the players of SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 year group are not performing long passing as expected and are not maximizing their skills. This can be seen from 20 samples taken by the researcher who conducted an initial test of long passing skills, with the percentage of players categorized as good being 2 people or 10%, moderate 3 people or 15%, poor 11 people or 55%, and very poor 4 people or 20%. The purpose of this study is to determine the relationship between leg muscle strength and abdominal muscle strength to long passing skills in SSB Bina Muda Karanganyar U13-U15 year group.

The research design used in this study is a descriptive correlational research design. This study uses a one-shot test study where data collection occurs only once. The data collection technique in this study uses non-probability sampling based on purposive sampling. Data collection involves identification through tests of the strength of leg muscles and abdominal muscles in relation to long passing skills in athletes of the Bina Muda Karanganyar U13-U15 soccer school.

The research results indicate that there is a significant relationship between lower limb muscle strength and abdominal muscle strength in relation to long passing skills in the U13-U15 Bina Muda Karanganyar soccer school. This is evidenced by the significance of F Change obtaining a value of 0.000, which is less than 0.05, thus it can be concluded that (H_a) is accepted and (H_o) is rejected. Based on multiple correlation analysis, an R value indicating a correlation of 0.980 was obtained, which is categorized between 0.80-1.000 with a very strong level of closeness, so the strength of the relationship between the independent variable (X) and the dependent variable (Y) in this study is classified as very strong.