



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 425/LP-LPBK/VIII/2025

Judul : HUBUNGAN KESEIMBANGAN DAN KEKUATAN OTOT
TUNGKAI TERHADAP AKURASI PASSING PADA SEKOLAH
SEPAK BOLA BINTANG LAKSONO KABUPATEN PEKALONGAN
USIA 13-15 TAHUN
Nama : M. Aditya Rizqi

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Pekalongan, 25 Agustus 2025

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN

ABSTRAK

M. Aditya Rizqi¹, Idah Tresnowati²

**HUBUNGAN KESEIMBANGAN DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI
TERHADAP AKURASI PASSING PADA SEKOLAH SEPAK BOLA
BINTANG LAKSONO KABUPATEN PEKALONGAN USIA 13-15 TAHUN**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurangnya pemain ketika melakukan passing ke rekan tim nya di SSB Bintang Laksono. Terlihat dari data observasi dengan cara pengambilan data tes *shot pas* pada pemain sekolah sepak bola Bintang Laksono dengan jumlah 22 pemain dengan kemampuan *akurasi passing* menyatakan bahwa 9,09% pemain termasuk dalam kategori baik, 50% pemain termasuk dalam kategori sedang, dan 40,91% pemain termasuk dalam kategori kurang dalam kemampuan *akurasi passing* atau pada saat peneliti melakukan pengamatan proses latihan dan pertandingan peneliti menemukan berbagai masalah dari segi bagaimana pemain melakukan *passing* yang kurang akurat mengakibatkan teman satu tim kesulitan menerima bola, dan kadang laju bola yang tidak sampai ke rekan tim nya mengakibatkan bola bisa diraih oleh tim lawan, semua faktor itu berpengaruh pada keseimbangan dan kekuatan otot tungkai. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap akurasi passing pada pemain SSB Bintang Laksono Kabupaten Pekalongan usia 13-15 tahun. Teknik pengambilan data dilakukan menggunakan metode *one shot test study*, yaitu pengambilan data dilakukan satu kali tanpa perlakuan khusus. Penelitian ini menggunakan metode tes modifikasi *bass tas* untuk keseimbangan, tes *lag dynamometer* untuk kekuatan otot tungkai dan tes akurasi passing untuk mengetahui akurasi passing

Hasil dari uji hipotesis keseimbangan (X1) terhadap *akurasi passing* (Y) terdapat hubungan yang signifikan dengan hasil 0.001 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0.05. Hasil dari uji hipotesis kekuatan otot tungkai (X2) terhadap *akurasi passing* (Y) terdapat hubungan yang signifikan dengan hasil 0.001 dimana hasil tersebut lebih kecil dari 0.05. Hasil dari uji hipotesis keseimbangan (X1) dan kekuatan otot tungkai (X2) terhadap akurasi passing (Y) secara bersama-sama menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara keseimbangan dan kekuatan otot tungkai secara bersama terhadap akurasi passing.

Kata Kunci: *Keseimbangan, Kekuatan otot tungkai, Akurasi Passing*

**Undergraduate Program in Physical Education
Faculty of Health and Science
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

M. Aditya Rizqi¹, Idah Tresnowati²

The Relationship Between Leg Muscle Balance and Strength and Passing Accuracy in the Bintang Laksono Football School, Pekalongan Regency, Aged 13-15 Years

This study was motivated by the lack of accuracy in passing among players at Bintang Laksono Football School. Based on observational data collected through a “shot pass” test on 22 players at Bintang Laksono Football School, the results showed that 9.09% of players were categorized as good, 50% as average, and 40.91% players were categorized as poor in passing accuracy. When the researcher observed the training process and matches, various problems were found in terms of how players performed inaccurate passes, causing their teammates to have difficulty receiving the ball, and sometimes the ball did not reach their teammates, allowing the opposing team to gain possession. All these factors affect the balance and strength of the leg muscles. This study is quantitative research. The design used in this study is correlational to determine the relationship between balance and leg muscle strength on passing accuracy in SSB Bintang Laksono players aged 13-15 years in Pekalongan Regency. Data collection was conducted using the one-shot test study method, where data was collected once without any special treatment. This study used the modified bass tas test for balance, the lag dynamometer test for leg muscle strength, and the passing accuracy test to determine passing accuracy. The results of the hypothesis test for balance (X1) against passing accuracy (Y) showed a significant relationship with a result of 0.001, which is less than 0.05. The results of the hypothesis test for leg muscle strength (X2) against passing accuracy (Y) showed a significant relationship with a result of 0.001, which is less than 0.05. The results of the hypothesis test of balance (X1) and leg muscle strength (X2) on passing accuracy (Y) together show that there is a relationship between balance and leg muscle strength together on passing accuracy.

Keywords: *Balance, Leg muscle strength, Passing accuracy*