

ABSTRACT

ADHMIL FAHMI. NIM: 6133121002. The Relationship of Leg Muscle Strength and Back Muscle Flexibility to Shooting Results of Futsal Athletes at Ward 13 FC Academy in 2020.

This study aims to determine the relationship between leg muscle strength and back muscle flexibility on the shooting results of Futsal Athletes, Ward 13 FC 2020.

This research was conducted in the Futsal Field Akademi Bangsal 13 Fc. The population in this study were all athletes of the football school ward 13 as many as 30 people. Sampling was done using purposive random sampling. as many as 10 people were sampled. The data analysis technique used to test the hypothesis is the normality test, linearity test, and correlation test.

From the results of the correlation test of the first hypothesis, it was obtained a significance value of $0.043 < 0.05$, so there is a significant relationship between leg muscle strength and the results of shooting the ball. The results of the second hypothesis test with a significance value of $0.032 < 0.05$, then there is a significant relationship between back muscle flexibility and the results of shooting the ball. Based on the multiple correlation test in the model summary table, it is known that the magnitude of the relationship between leg muscle strength and back muscle flexibility (simultaneously) on the results of shooting the ball calculated by the correlation coefficient is 0.488, this indicates a moderate effect. Meanwhile, the simultaneous contribution or contribution of leg muscle strength with back muscle flexibility is 23.8%, while 76.2% is determined by other variables.

Keywords: Leg Muscle Strength, Back Muscle Flexibility, Shooting Results.



ABSTRAK

ADHMIL FAHMI. NIM: 6133121002. Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelentukan Otot Punggung Terhadap Hasil *Shooting* Atlet Futsal Akademi Bangsal 13 FC Tahun 2020.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kekuatan otot tungkai Dan Kelentukan Otot Punggung Terhadap Hasil *Shooting* Atlet Futsal Akademi Bangsal 13 fc Tahun 2020.

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan Futsal Akademi Bangsal 13 Fc. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sekolah sepak bola bangsal 13 sebanyak 30 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *Purposive Random Sampling*. yaitu sebanyak 10 orang menjadi sampel. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi.

Dari hasil uji korelasi hipotesis pertama diperoleh nilai signifikansi $0,043 < 0,05$ maka ada hubungan yang signifikan antara Kekuatan otot tungkai dengan hasil *shooting* bola. Hasil uji hipotesis kedua nilai signifikansi $0,032 < 0,05$, maka ada hubungan yang signifikan antara Kelentukan Otot Punggung dengan hasil *shooting* bola. Berdasarkan uji korelasi ganda pada tabel model summary diketahui bahwa besarnya hubungan antara Kekuatan Otot Tungkai dan Kelentukan Otot Punggung (secara simultan) terhadap Hasil shooting bola yang dihitung dengan koefisien korelasi adalah 0,488 hal ini menunjukkan pengaruh yang sedang. Sedangkan kontribusi atau sumbangan secara simultan variabel Kekuatan Otot Tungkai dengan *Kelentukan Otot Punggung* adalah 23,8% sedangkan 76,2% ditentukan oleh variabel lain.

Kata Kunci : Kekuatan Otot Tungkai, Kelentukan Otot Punggung, Hasil Shooting.

