

ABSTRAK

M. Ribki Ramdani, 2024 “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Ketepatan Tendangan Penalti Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 9 Merangin” Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Jurusan Pendidikan Olahraga dan Keperawatan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi. Skripsi Pembimbing (I) Bapak Prof. Dr. Drs. ILHAM, M.Kes., Skripsi Pembimbing (II) Bapak Anggel Hardi Yanto, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Ketepatan Tendangan Penalti, Daya Ledak Otot Tungkai, Keseimbangan.

Tendangan merupakan salah satu unsur penting dalam futsal, dikarenakan lapangan yang tentunya lebih kecil dari lapangan sepak bola, jadi para pemain dapat banyak melakukan teknik ini untuk mencetak gol. Untuk mencapai hasil tendangan yang maksimal, latihan koordinasi sangat penting dan mutlak dimiliki seorang pemain futsal. Semakin baik koordinasi mata kaki, ketepatan tendangan (*shooting*) yang dihasilkan akan baik juga. Mengingat pentingnya ketrampilan tendangan (*shooting*) penalty tersebut, maka keterampilan menendang bola ini harus mendapat perhatian yang serius dalam pembinaan prestasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan penelitian korelasi, karena di dalam penelitian ini bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara daya ledak tungkai dan keseimbangan dengan ketepatan shooting. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan daya ledak otot tungkai dan keseimbangan terhadap ketepatan tendangan penalty siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 9 Merangin dengan melihat nilai.

