

ABSTRAK

Muhammad Alfarezi. 2025. “Hubungan Kekuatan Otot Kaki Dan Otot Perut Terhadap Keterampilan *shooting* Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 7 Muaro Jambi”. Skripsi, Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP, Universitas Jambi, Pembimbing: (I) Dr. Hendri Munar, S.Pd., M.Pd. Pembimbing: (II) Grafitte Decheline, S.Pd., M.Or

Kata Kunci : Kekuatan otot kaki, otot perut, keterampilan *shooting*, futsal

Penelitian ini dilatar belakangi masih kurangnya kemampuan teknik dasar (*shooting*) yang disebabkan oleh kondisi fisik yang kurang baik. Dari latar belakang tersebut peneliti melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui ada/tidaknya hubungan antara kekuatan otot kaki dan otot perut terhadap keterampilan *shooting* pada siswa peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 7 Muaro Jambi. Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang bersifat korelasional, yaitu menjelaskan hubungan antar variabel. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 7 Muaro Jambi. Karena penelitian ini menggunakan teknik total sampling maka sampel yang digunakan untuk penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 7 Muaro Jambi yang mengikuti ekstrakurikuler futsal yang berjumlah 23 siswa. Instrumen yang digunakan adalah *leg dynamometer*, tes *sit up*, dan tes gawang bertarget. Analisis data menggunakan uji korelasi *pearson*. Hasil penelitian ini terdapat nilai signifikansi antara kekuatan otot kaki dan otot perut terhadap keterampilan *shooting* sebesar 0,000 nilai signifikansi dibawah 0,05 dapat dikatakan terdapat hubungan antara kekuatan otot kaki dan otot perut terhadap keterampilan *shooting*. (1) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot kaki dengan keterampilan *shooting* dengan nilai hasil uji korelasi *pearson* sebesar 0,979 dengan kategori sangat kuat. (2) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot perut dengan keterampilan *shooting* dengan nilai hasil uji korelasi *pearson* sebesar 0,985 dengan kategori sangat kuat. Kesimpulan, hal ini menjelaskan bahwa apabila siswa memiliki kekuatan otot kaki dan otot perut yang baik pada saat melakukan *shooting* maka *shooting* yang dihasilkan akan semakin baik.