

ABSTRAK

HENDRA DETUAGE, NIM. 831 408 071. Skripsi “ Pengaruh Latihan *Leg Extension* Terhadap kemampuan Menendang (*Shooting*) Dalam Permainan Sepak Bola Pada siswa Madrasah Aliyyah Nurul Bahri Kabila Bone”.

suatu penelitian siswa Madrasah Aliyah Nurul Bahri Kabila Bone. Di bimbing Oleh Bapak Prof. Dr. H. Hariadi Said, MS dan Bapak Edy Dharma P Duhe, S.Pd, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh latihan *Leg Extension* terhadap kemampuan menendang (*Shooting*) dalam permainan sepak bola pada siswa madrasah alliyah nurul bahri Kabila Bone.

Populasi adalah seluruh siswa putera Madrasah Alliya Nurul Bahri Kabila Bone yang berjumlah 100 orang, dengan sampel sebanyak 20 orang yang diambil secara acak. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik uji t. dari hasil analisis data yang diperoleh bahwa harga t^{hitung} sebesar 6,293. Sedangkan dari hasil daftar distribusi diperoleh t^{daftar} sebesar 2.101. Karena nilai t^{hitung} yang diperoleh lebih besar dari nilai t^{daftar} , maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Leg Extension* terhadap kemampuan menendang (*Shooting*) dalam permainan sepak bola pada siswa madrasah alliyah nurul bahri Kabila Bone. Dalam hal ini upaya peningkatan hasil menendang (*Shooting*) pada permainan sepak bola dapat dilakukan dengan latihan *Leg Extension*.

Kata kunci : “Pengaruh *Latihan Extension*, Kemampuan Menendang (*Shooting*)