

## ABSTRAK

Sofyan Latare. NIM 831 408 168. "Hubungan Kekuatan Otot Perut Dengan Kemampuan Heading Dalam Permainan Sepak Bola Pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keolahragaan. "Skripsi Program Studi Penjaskes Dan Rekreasi Universitas Negeri Gorontalo. Dibimbing oleh Bapak Prof.DR.H.Hariadi Said,MS selaku Pembimbing I dan Bapak Suriyadi Datau,S.Pd.,M.Pd selaku Pembimbing II.

Adapun yang menjadi permasalahan pada penelitian ini yaitu, apakah terdapat hubungan kekuatan otot perut dengan kemampuan melakukan heading dalam permainan sepak bola. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kekuatan otot perut dengan kemampuan heading dalam permainan sepak bola pada mahasiswa jurusan pendidikan keolahragaan.

Penelitian ini dilaksanakan dengan cara mengukur kekuatan otot perut dengan sit-up berpasangan, dan mengukur kemampuan heading dengan cara berdiri di tempat dan melambungkan bola sendiri. Dan hasil yang baik dijadikan sampel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga thitung lebih besar dari tdaftar ( $8,29 > 2,88$ ) atau harga thitung telah berada diluar penerimaan  $H_0$ . Sehingga menerima  $H_a$  yang menyatakan terdapat hubungan signifikan antara kekuatan otot perut (X) dengan kemampuan heading (Y).

**Kata Kunci** : Sepak Bola, Otot Perut, Heading

## ABSTRACT

Sofyan Latare. NIM 831 408 168. " Stomach Muscle Strength Connection Ably Heading In Football Game In Sportmanship Education Direction Student University. " Skripsi Study Program Penjaskes and Country University Recreation Gorontalo. guided by father Prof. DR. H. Hariadi Said, MS as my guide and father Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd as guide II.

As to that be troubleshoot in this watchfulness that is, what found stomach muscle strength connection ably do heading in football game. this research is aims to detect stomach muscle strength ably heading in football game in sportmanship education direction student university.

This research is carried out by measures stomach muscle strength with sit-up berpasangan, and measures ability heading by stand in place and melambung ball self. and good result is made sample.

Research result shows that price  $t_{hitung}$  bigger than  $t_{daftar}$  ( $8,29 > 2,88$ ) or price  $t_{hitung}$  present outdoor acceptance  $ho$ . so that get  $ha$  that declare found connection significant between stomach muscle strength (x) ably heading (y).

keyword: Football, Stomach Muscle, Heading