

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi yang berjudul :

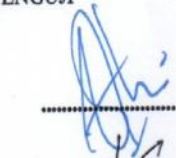

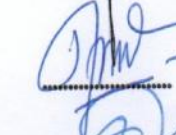
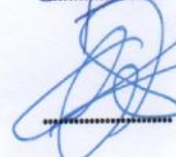
“Hubungan Kekuatan Otot Perut Dengan Kemampuan Melakukan *Heading*  
Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas VIII  
SMP Negeri 7 Gorontalo”

Oleh

**Ayub R. Day**  
141 147 021

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji  
pada tanggal 14, Desember, 2015

**DEWAN PENGUJI**

- |  |   |                       |
|--|---|-----------------------|
| 1. <b><u>Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd</u></b><br>Nip. 19570902 198203 2 001 | .....<br>  | .....                 |
| 2. <b><u>Edy Dharma Putra Duhe S.Pd M.Pd</u></b><br>Nip. 19810615 2008 121001  | .....<br> | .....                 |
| 3. <b><u>Risna Podungge S.Pd, M.Pd</u></b><br>Nip. 19710721 200212 2 001       | .....<br> | .....                 |
| 4. <b><u>Ruslan, S.Pd, M.Pd</u></b><br>Nip. 19780817 200501 1 003              | .....<br> | .....<br>19/15<br>/12 |

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo



**Dr. Hj. Lintje Boekoesoe, M.Kes**  
Nip. 19590110 198603 2 003

## ABSTRAK

**AYUB R. DAY, 2015.** Hubungan Kekuatan Otot Perut Dengan Kemampuan Melakukan *Heading* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas V111 SMP Negeri 7 Gorontalo. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing Risna Podungge S.Pd, M.Pd dan Ruslan, S.Pd, M.Pd.

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 apakah benar, kekuatan otot perut menentukan kemampuan melakukan heading. Dan seberapa besar hubungan kekuatan otot perut dengan kemampuan melakukan heading dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 7 Gorontalo. Penelitian ini dilaksanakan dengan cara, untuk 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 data. Pengujian korelasi dimaksudkan untuk mengetahui beberapa kekuatan atau derajat hubungan antara variabel-variabel yang diteliti. Ukuran yang digunakan untuk mengetahui derajat hubungan terutama untuk data kuantitatif dinamakan *koefisien korelasi (r)*. Sedangkan koefisien penentu derajat hubungan antara variabel dinamakan *koefisien determinasi (r<sup>2</sup>)*.

Dari hasil perhitungan yang ada maka diperoleh harga  $t_{hitung}$  sebesar 8.29 sedangkan dari daftar distribusi t pada taraf nyata  $\alpha = 0.01$  diperoleh  $t_{(1-\frac{1}{2}\alpha)(n-2)} = t_{(1-\frac{1}{2}0,001)(20-2)}$  sehingga  $t_{(0,005)(18)}$  atau  $t_{(0,995)(18)}$  sehingga  $t_{daftar}$  sebesar = 2.88.

Jadi dapat disimpulkan bahwa harga  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{daftar}$  ( $8.29 > 2.10$ ) atau harga  $t_{hitung}$  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 : Kekuatan Otot Perut, *Heading*, Sepak Bola