

HUBUNGAN KETERBATASAN HAMSTRING DENGAN KECEPATAN MENENDANG PADA PEMAIN SEPAK BOLA REMAJA

Utami Rizkiana Ramadhanti

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan fleksibilitas hamstring dari kemampuan sepak bola tertentu, seperti menendang bola pada sepak bola remaja. Tiga puluh dua pemain sepak bola laki-laki (umur 14-19 tahun) dari semi profesional sepak bola akademi berpartisipasi secara sukarela pada penelitian ini. Data tentang penilaian fleksibilitas hamstring (unilateral passive straight-leg raise test: PSLR), dan kecepatan menendang bola dalam hal kecepatan bola kaki dominan (KSdom) dan tidak dominan (KSnon-dom). Penelitian ini merupakan survei dengan desain cross sectional control group design. Analisis cluster dikelompokkan berdasarkan fleksibilitas hamstring, membagi peserta menjadi kelompok fleksibel (FG) dan kelompok tidak fleksibel (NFG) dalam kaitannya dengan kinerja pada test PSLR. Data penelitian menggunakan aplikasi SPSS versi 21 dengan Kendall-tau test. Didapatkan hasil $p > 0.005$ tidak signifikan, sehingga tidak terdapat hubungan antara NFG dengan KS dom dan KS non dom.

Kata Kunci: Fleksibilitas Hamstring, Kecepatan Menendang Bola, Passive Straight Leg Raise Test

CORRELATION AMONG LIMITED HAMSTRING FLEXIBILITY ON KICKING SPEED IN YOUNG FOOTBALL PLAYERS

Utami Rizkiana Ramadhanti

Abstract

This research to analyse the correlation among limited hamstring flexibility on specific football skills, such as kicking speed in young football players. Thirty-two male football players (aged 14–18) from a semi-professional football academy participated voluntarily in this study. Data about hamstring flexibility (unilateral passive straight-leg raise test: PSLR), and kicking speed in terms of ball speed dominant (KSdom) and non-dominant (KSnon-dom) leg were collected. This study is a survey with cross sectional control group design. Cluster analysis grouped according to hamstring flexibility, dividing participants into a flexible group (FG) and a non-flexible group (NFG) in relation to performances on the PSLR test. This study uses the versión 21 SPSS with Kendall-tau Test. The result is not signifikan $p>0.05$, there is not a correlation among NFG between KS dom and KS non dom.

Keywords: Hamstring Flexibility, Kicking Speed, Passive Straight-Leg Raise Test