

# **LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP KETERAMPILAN MENENDANG BOLA PADA PEMAIN SEPAK BOLA**

**Ameliandini Nurrachmah Fadilah**

## **Abstrak**

Menendang bola merupakan teknik dasar yang penting dalam olahraga sepak bola. Tujuan bermain sepak bola ialah menembakkan bola ke gawang lawan atau *shooting*. Kemampuan menendang bola yang baik, berkaitan dengan daya ledak otot tungkai karena tanpa adanya daya ledak otot tungkai pemain akan sulit untuk mengarahkan bola secara tepat, cepat dan akurat saat melakukan tendangan. Tujuan *literature review* ini adalah untuk menganalisa serta menelaah penelitian yang dilakukan sebelumnya mengenai hubungan daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola. Metode yang digunakan pada *literature review* ini yaitu metode *traditional literature review*, yang merupakan analisis secara komprehensif, kritis, dan objektif terkait dengan ilmu atau pengetahuan mengenai topik tertentu yang tidak memiliki metode khusus dalam strategi pencarian pustaka. Enam artikel yang *direview* penulis menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola. Hal ini disimpulkan berdasarkan hasil artikel yang telah *direview* oleh penulis dan berdasarkan penilaian kualitas artikel yang dinilai melalui SINTA (*Science and Technology Index*) yang memiliki nilai S3 dan S5 dan *critical appraisal* untuk menentukan *level of validity* minimal kategori B.

**Kata kunci** : Daya ledak otot tungkai, Menendang bola, Daya ledak otot tungkai dan menendang bola, Hubungan daya ledak otot tungkai terhadap menendang bola

# **LITERATURE REVIEW : CORRELATION BETWEEN LEG MUSCLE EXPLOSIVE POWER WITH KICKING BALL SKILLS ON FOOTBALL PLAYERS**

**Ameliandini Nurrachmah Fadilah**

## **Abstract**

Kicking a ball is an important basic technique in a soccer game where one releases a shot at the opponent's goal (shooting). One of the goals of playing soccer is to shooting the ball at the opponent's goal. Good game in kicking the ball, related to leg muscle explosive power. Leg muscle explosive power serves to direct the ball precisely, quickly and accurately when making a kick. The purpose of this literature review is to analyze and examine previous research conducted on studies of the relationship to soccer kicking skill in soccer players. The method used in this literature review is the traditional literature review method, which is a complete, critical, and objective analysis related to knowledge or knowledge of a particular topic that does not have a specific method in the library search strategy. Six articles reviewed by the author show the result about the result about the contibution leg muscle explosive power to soccer kicking skill in soccer players. This was concluded based on articles that have been reviewed by the author and on the assessment of quality of articles issued through the SINTA (Sinta and Technology Index) with result showing S3 and S5 values and critical appraisal which gets results with category B values in level of internal validity.

**Keyword** : Leg muscle explosive power, kicking, Leg muscle explosive power and kicking the ball, Correlation leg muscle explosive power and kicking