

LITTERATURE REVIEW : HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP KETERAMPILAN MENENDANG BOLA PADA PEMAIN SEPAK BOLA

Agis Ardiani

Abstrak

Kekuatan otot tungkai memiliki kontribusi dalam terjadinya suatu hasil akhir dari tendangan, karena sebuah tendangan yang baik akan mengarah tepat pada sasaran, hal ini dibentuk dari tungkai kaki yang memiliki kekuatan otot yang mumpuni untuk menyeimbangkan posisi tubuh agar tidak terjatuh saat melakukan tendangan. Tujuan *literature review* yaitu untuk menganalisa dan menelaah penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya tentang hubungan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menendang bola. Metode yang digunakan adalah *tradisional literature review*, yang menganalisa secara kritis, komprehensif serta objektif terkait dengan ilmu pengetahuan mengenai topik tertentu yang tidak memiliki metode tertentu dalam strategi pencarian pustaka. Sebanyak 6 artikel direview oleh penulis dan menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola. Hal ini kemudian disimpulkan berdasarkan hasil penilaian kualitas artikel itu sendiri yang melalui Sinta (*science and technology index*) dan menggunakan *level of internal validity* dengan minimal kategori penilaian B (*limited*) menurut *critical appraisal*.

Kata kunci : Kekuatan otot tungkai, Menendang, Kekuatan otot tungkai dan menendang, Hubungan kekuatan otot tungkai dan menendang bola, Menendang bola kegawang atau kekuatan otot tungkai.

LITTERATURE REVIEW : CORRELATION BETWEEN LEG STRENGTH MUSCLE WITH SKILL KICKING ON FOOTBALL PLAYERS

Agis Ardiani

Abstract

Leg muscle strength contributes to the final result of the kick, because a good kick will aim at the target, it is made from legs that have qualified muscle strength to balance body position. The purpose of the literature review is to analyze and also examine the research that has been done Previously, the relationship between leg muscle strength and kicking skills at soccer players. The method used is a traditional library review, which analyzes completely, critically, and objectively related to knowledge about certain topics that do not have specific methods in library search strategies. A total of 6 articles were reviewed by the authors and show results that show the relationship of leg strength to soccer kicking skills in soccer players. This was then concluded through the results of the review of the quality of the article itself through Sinta (science and technology index) and using the level of internal validity with a minimum category of B (limited) score based on critical assessments.

Keywords: Leg muscle strength, Kicking, Leg muscle strength and kicking, Leg muscle strength and kicking ball, Leg muscle or Shooting.