

## ABSTRAK

### **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelenturan Pinggang terhadap Kemampuan Lompat Tinggi Gaya *Flop* (Studi Korelasional pada Mahasiswa FIK UNP Jurusan Kepeleatihan Mata Kuliah Atletik Pendalaman Semester Januari Juni 2017)**

**Oleh: M. Arie Desman**

Masalah Penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan lompat tinggi gaya *flop* Mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK-UNP. Hal ini diduga dari rendahnya kemampuan daya ledak otot tungkai dan kelenturan pinggang mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelenturan pinggang terhadap kemampuan lompat tinggi gaya *flop*.

Penelitian ini bersifat korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel satu dengan yang lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa yang mengambil matakuliah atletik pendalaman sebanyak 39 orang, dengan putra sebanyak 37 orang dan putri sebanyak 6 orang, dan sampel sebanyak 37 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini: untuk daya ledak otot tungkai dengan tes *vertical jump* menggunakan rumus lewis. Untuk kelenturan pinggang menggunakan test *bridge-up* dan untuk kemampuan lompat tinggi gaya *flop* menggunakan test kemampuan lompat tinggi gaya *flop*. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan rumus korelasi tunggal dan ganda serta dilanjutkan dengan rumus kontribusi  $r \times 100\%$ .

Berdasarkan perhitungan korelasi tunggal 1) Terdapat kontribusi daya 2 ledak otot tungkai terhadap kemampuan lompat tinggi gaya *flop* Mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK-UNP adalah sebesar 61,62%; 2) Terdapat kontribusi kelenturan pinggang terhadap kemampuan lompat tinggi gaya *flop* Mahasiswa Jurusan Kepeleatihan FIK-UNP adalah sebesar 30,91%; 3) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelenturan pinggang secara bersama-sama terhadap kemampuan lompat tinggi gaya *flop* Mahasiswa Jurusan Kepeleatihan sebesar 69,22%.