

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan terhadap Kemampuan Shooting Atlet Bola Basket SMA N 1 Kotobaru Kabupaten Dharmasraya

Oleh: Chuyank Boy

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan *shooting* pada atlet SMA N 1 Kotobaru Kabupaten Dharmasraya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *shooting*.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Bertempat di SMA 1 Kotobaru, Kabupaten Dharmasraya, dilakukan pada bulan Desember sampai Januari 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet SMA N 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya, yang berjumlah 12 orang putra dan 8 orang putri. Dalam pengambilan sampel, peneliti ini menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah 20 orang. Data penelitian didapatkan dengan tes *pull and push dynamometer* untuk mengukur kekuatan otot lengan, tes *vertical jump* untuk mengukur daya ledak otot tungkai dan tes ketepatan *shooting*. Data yang diperoleh diolah dengan teknik analisa korelasi sederhana menggunakan *Microsoft excel* sedangkan korelasi ganda menggunakan aplikasi SPSS 16.0

Hasil penelitian menyatakan bahwa: (1) Dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh $r_{hitung} > r_{tabel} = 0.566 > 0.444$. Ini berarti terdapat kontribusi yang berarti antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *shooting* (Y), dan memberikan kontribusi terhadap Y sebesar 32%. (2) Dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh $r_{hitung} > r_{tabel} = 0.446 > 0.444$. Ini berarti terdapat kontribusi yang berarti antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan *shooting* (Y), dan memberikan kontribusi terhadap Y sebesar 20%. (3) Dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh $f_{hitung} > f_{tabel} = 5.568 > 3,592$. Ini berarti terdapat kontribusi yang signifikan antara Daya ledak otot tungkai dan Kekuatan otot lengan secara bersama-sama dengan kemampuan *shooting* (Y), dan memberikan kontribusi terhadap Y sebesar 39%.