

## ABSTRAK

### **Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan dan Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan terhadap Kemampuan Pukulan *Gyaku Tsuki* Karateka SMAN 1 Lembah Gumanti**

**Oleh: Mafdil Akmal**

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi yang penulis lakukan di lapangan ternyata kemampuan pukulan *gyaku tsuki* karateka INKAI SMAN 1 Lembah Gumanti masih rendah. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan pukulan *gyaku tsuki* tersebut, diantaranya adalah daya ledak otot lengan dan daya tahan kekuatan otot lengan. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot lengan dan daya tahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan pukulan *gyaku tsuki* karateka SMAN 1 Lembah Gumanti.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu semua karateka SMAN 1 Lembah Gumanti berjumlah sebanyak 39 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu karateka putra yang berjumlah sebanyak 23 orang. Teknik pengambilan data dilakukan dengan pengukuran terhadap ke tiga variabel, untuk variabel daya ledak otot lengan menggunakan tes *two hand medicine ball*, variabel daya tahan kekuatan otot lengan yaitu dengan tes *push up* . Sedangkan pukulan *gyaku tsuki* yaitu dengan menggunakan tes pukulan *gyaku tsuki*. Data dianalisis dengan korelasi product moment dan korelasi ganda serta dilanjutkan kontribusi dengan rumus determinan.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat kontribusi daya ledak otot lengan terhadap kemampuan pukulan *gyaku tsuki* sebesar 37,12% dan daya tahan kekuatan sebesar 33,17%. Sedangkan kontribusi variabel daya ledak otot lengan dan daya tahan kekuatan otot lengan secara bersama-sama terhadap kemampuan pukulan *gyaku tsuki* adalah sebesar 47,61%. Disimpulkan bahwa terdapat kontribusi daya ledak otot lengan dan daya tahan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan pukulan *gyaku tsuki* karateka INKAI SMAN 1 Lembah Gumanti.