

## **ABSTRACT**

**Sefri Donal. 2017. "the relationship of muscle strength with Arm Throwing Discs Sideways Style Grade XI SMA N 2 Padang Panjang" Skripsi. Padang: Health and Recreation Department Faculty of Keolahragaan State University of Padang.**

The problem in this research is yet to achieve the learning objectives of throwing discs at Student of class XI SMA N 2 Padang Panjang. So those difficulties at the time of the throw, and the result of throwing discs done still far from expectations.

This type of research is research that is korelasional to find out how big a variable relationship with each other. The population in this study are all high school students N 2 Padang Panjang, while samples in this study amounted to 68. The dwarf in the withdrawal of samples in this study using the dwarf Purposive Sampling. Analisisi the data used in this study is the analysis of the correlation of product moment and simple regression analysis.

The results of this study showed that there was no significant relationship between the strength of the arm muscles with the ability lemparcakram style sideways grade XI SMA N 2 Padang Panjang. This is evident from  $t_h (0.946) < t_t (1.67)$ . Further the power of the arm muscles can not predict the outcome of throwing discs style sideways on a grade XI SMA N 2 city of Padang Panjang which is evident from the  $F_h (0.895) < F_t (5.99)$   $F_h (0.895) < F_t (5.99)$ .

**Key Words: Muscle Strength Of The Arm, Throwing Ability Of Discs Sideways Style**

## ABSTRAK

**Sefri Donal. 2017. “Hubungan Kekuatan Otot Lengan dengan Kemampuan Lempar Cakram Gaya Menyamping Siswa Kelas XI SMA N 2 Padang Panjang” Skripsi. Padang: Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum tercapainya tujuan pembelajaran dari lempar cakram pada siswa kelas Xi SMA N 2 padang panjang. sehingga mereka kesulitan pada saat melakukan lemparan, dan hasil dari lempar cakram yang dilakukan masih jauh dari harapan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel satu dengan yang lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa SMA N 2 Padang Panjang, sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 68. Teknik Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi product moment dan analisis regresi sederhana.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan lemparcakram gaya menyamping siswa kelas XI SMA N 2 Padang Panjang. Hal ini terbukti dari  $t_h (-0,946) < t_t (1,67)$ . Selanjutnya kekuatan otot lengan tidak dapat memprediksi hasil lempar cakram gaya menyamping pada siswa kelas XI SMA N 2 kota Padang Panjang dimana ini terbukti dari  $F_h (0,895) < F_t (5,99)$   $F_h (0,895) < F_t (5,99)$ .

**Kata Kunci : Kekuatan Otot Lengan, Kemampuan Lempar Cakram Gaya Menyamping**