

ABSTRAK

Surya Wiyandara.2017 "Hubungan Daya ledak Otot Tungkai dan Otot Lengan Terhadap Kemampuan *Jump Shoot*". *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Rendahnya kemampuan *jump shoot* atlet Klub Binuang Sakti Sijunjung menjadi latar belakang masalah dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan terhadap kemampuan *jump shoot*.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah atlet Klub Binuang Sakti Sijunjung yang berjumlah 40 orang (30 putra dan 10 putri). Sampel penelitian hanya atlet putra Klub Binuang Sakti Sijunjung sebanyak 30 orang, dengan teknik *purposive sampling*. Untuk mengukur daya ledak otot tungkai digunakan tes *vertical jump*, untuk mengukur daya ledak otot lengan digunakan tes *two medicine ball push*, dan untuk mengukur kemampuan *jump shoot* dilakukan tes *jump shoot*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dan regresi dengan $\alpha=0,05$

Hasil penelitian: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *jump shoot*, dimana diperoleh $r_{hit}=0,560 > r_{tab}=0,361$. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *jump shoot*, dimana diperoleh $r_{hit}=0,447 > r_{tab}=0,361$. 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan otot lengan terhadap kemampuan *jump shoot*, dimana diperoleh $F_{hit}=8,93 > F_{tab}=3,35$.