

ABSTRAK

Feri Purnando : Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan Pergelangan Tangan terhadap Kemampuan *Jumping Smash* siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis di SMA Negeri 06 Mukomuko Privinsi Bengkulu

Masalah dalam penelitian ini berawal dari belum baiknya kemampuan *jumping smash* siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis di SMA Negeri 06 Mukomuko Privinsi Bengkulu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot lengan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan *jumping smash* siswa ekstrakurikuler bulutangkis di SMA Negeri 06 Mukomuko Privinsi Bengkulu

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di SMA Negeri 06 Mukomuko Privinsi Bengkulu yang berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 orang siswa putra. Teknik pengambilan data yaitu : 1) Daya ledak otot lengan dites dengan *one hand medicine ball put*, 2) Kelentukan pergelangan tangan di ukur dengan menggunakan busur, 3) Kemampuan *jumping smash* dites menggunakan lapangan bulutangkis dengan kotak kotak nilai yang telah tertera dalam lapangan. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

Hasil analisis data diperoleh sebagai berikut : 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *jumping smash* siswa ekstrakurikuler bulutangkis di SMA Negeri 06 Mukomuko Provinsi Bengkulu dan memberikan kontribusi sebesar 39,19%, 2) terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan *jumping smash* siswa ekstrakurikuler bulutangkis di SMA Negeri 06 Mukomuko Provinsi Bengkulu dan memberikan kontribusi sebesar 38,69%, 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan dan kelentukan pergelangan secara bersama-sama terhadap kemampuan *jumping smash* siswa ekstrakurikuler bulutangkis di SMA Negeri 06 Mukomuko Provinsi Bengkulu dan memberikan kontribusi sebesar 55,65%.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Lengan, Kelentukan Pergelangan Tangan, *Jumping Smash*