

ABSTRAK

Gulastyo Mardian Pratama : Hubungan Kekuatan Lengan, Bahu dan Kelentukan Pinggang dengan Keterampilan Gulungan Pinggang Atlet Gulat Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar Sumatera Barat

Penelitian ini berawal dari hasil observasi yang penulis temui di lapangan, diduga Keterampilan Gulungan Pinggang atlet gulat PPLP Sumatera Barat masih rendah. Terlihat dari pegulat tidak mampu mengunci pinggang lawan dengan kuat, tidak mampu mengembangkan teknik, dan pegulat lebih banyak diam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Kekuatan Lengan, Bahu dan Kelentukan Pinggang terhadap Keterampilan Gulungan Pinggang Atlet Gulat PPLP Sumatera Barat.

Jenis penelitian adalah korelasional dengan populasi adalah Atlet Gulat PPLP Sumatera Barat berjumlah 20 orang. Penarikan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan cara *Sensus Sampling* yang berjumlah 20 orang. Data diambil dengan tiga cara, tes pull expanding dynamometer untuk kekuatan lengan, Bahu, tes bridge-up untuk mengukur kelentukan pinggang dan tes teknik gulungan pinggang untuk mengukur Keterampilan Gulungan Pinggang. Data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *Product Moment* dan korelasi ganda.

Berdasarkan analisis dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa, 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara Kekuatan Lengan, Bahu dengan Keterampilan Gulungan Pinggang, pada $(0,05) r_{hitung} (0.5758) > r_{tabel}$ bernilai (0.4560) , 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara Kelentukan Pinggang dengan Keterampilan Gulungan Pinggang, pada $(0,05) r_{hitung} (0.5369) > r_{tabel}$ bernilai (0.4560) , 3) Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara Kekuatan Lengan, Bahu dan Kelentukan Pinggang terhadap Keterampilan Gulungan Pinggang, pada $(0,05) F_{hitung} (9,91) > F_{tabel} (3,59)$.

Kata Kunci : Kekuatan Lengan, Bahu, Kelentukan Pinggang dan Keterampilan Gulungan Pinggang