ABSTRAK

Herpin (1303036) : Hubungan Kekuatan Otot Tangan dan Kelentukan Togok Terhadap Gulungan Kaki Pegulat SMP N 5 Bukittinggi.

Masalah dalam penelitian ini berawal dari kurangnya kemampuan fisik pegulat terlihat dari kurang terlaksananya latihan sesuai program yang telahdibuat sehinga menyebabkan kurangnya kemampuan atlet dalam memanfaatkan peluangbaik dalam sparing ataupun saat bertanding sehinga lawan mampu untuk bertahan dan menyerang balik sehinga menghasilkan poin untuk lawan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Kekuatan Otot Tangan dan Kelentukan Togok Terhadap Gulungan Kaki Pegulat SMP N 5 Bukitinggi**.**

Jenis penelitian ini adalah penelitian Korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Pegulat SMP N 5 Bukittinggi sebanyak 20 orang pegulat. Sampel diambil dengan teknik total sampling, dengan sampel dalam penalitian ini berjumlah 20 orang pegulat. Alat pengumpulan data adalah dengan memberikan tiga aitem test yaitu, gantung angkat tubuh atau (Pul-Up), Kayang atau (Bridge Up) dan test gulungan kaki. Data di analisis dengan statistik Prodac Moment.

Dari analisis data diperoleh hasil sebagai berikut: (1), Kekuatan Otot Tangan memiliki hubungan yang signifikan terhadap Keterampilan Gulangan Kaki Pegulat SMP N 5 Bukittinggi, koefisien korelasi sebesar, 4,2426.(2), Kelentukan Togok memiliki hubungan yang signifikan terhadap Keterampilan Gulangan Kaki Pegulat SMP N 5 Bukittinggi, koefisien korelasi sebesar, 5,9134 (3), Kekuatan Otot Tangan dan Kelentukan Togok secara bersama - sama memiliki hubungan yang signifikan terhadap Keterampilan Gulangan Kaki Pegulat SMP N 5 Bukittinggi, dimana F hitung sebesar 9,9051 > F tabel sebesar 3,5900.

Kata kunci: Kekuatan Otot Tangan, Kelentukan Togok, dan Gulungan Kaki.