

ABSTRAK

Luki Ariandi. 2017. “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan terhadap Kemampuan *Jump Shoot* Atlet Basket SMAN 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini berawal dari hasil observasi yang penulis temui di lapangan, ternyata kemampuan kemampuan *Jump Shoot* atlet basket SMAN 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya masih belum baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan kekuatan otot tungkai dan daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *Jump Shoot* atlet basket SMAN 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya.

Jenis penelitian adalah korelasional dengan populasi adalah atlet basket putra SMAN 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya yang berjumlah 20 orang. Penarikan sampel dengan menggunakan *Total Sampling* yang berjumlah 20 orang atlet. Data diambil dengan pengukuran terhadap kekuatan otot tungkai dan daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *Jump Shoot*. Data yang telah diperoleh dianalisis dengan korelasi *Product Moment* (tunggal) dan ganda.

Berdasarkan analisis dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat, 1) Kekuatan otot tungkai memberikan hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *Jump Shoot*, 2) Daya ledak otot lengan memberikan hubungan yang signifikan terhadap kemampuan *Jump Shoot*, 3) Kekuatan otot tungkai dan daya ledak otot lengan memberikan hubungan terhadap kemampuan *Jump Shoot* Atlet Basket Putra SMAN 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya.