

ABSTRAK

M.ZAID (1303046) : Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan Dengan Kemampuan Lemparan ke Dalam Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Bintang Muda Tanjung Barulak Kabupaten Tanah Datar

Masalah dalam penelitian ini yaitu kemampuan lemparan ke dalam yang dilakukan oleh pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Bintang Muda Tanjung Barulak Kabupaten Tanah Datar belum begitu baik dan sempurna. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan daya ledak otot lengan dan kelentukan dengan kemampuan lemparan ke dalam pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Bintang Muda Tanjung Barulak Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Bintang Muda Tanjung Barulak Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah sebanyak 40 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 26 orang. Teknik Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan tes two-hand medicine ball put, tes kayang (bridge-up) dan tes lemparan ke dalam. Data dianalisis dengan korelasi product moment dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Hasil pengolahan dalam penelitian ini adalah : 1). terdapat hubungan antara daya ledak otot lengan dengan kemampuan lemparan ke dalam, dengan $r_{hitung} 0,73 > r_{tabel} 0,388$ dan $t_{hitung} = 5,22 > t_{tabel} 1,67$. 2). terdapat hubungan kelentukan dengan kemampuan lemparan ke dalam, dengan $r_{hitung} 0,62 > r_{tabel} 0,388$ dan $t_{hitung} = 3,86 > t_{tabel} 1,67$ $\alpha = 0,05$. 3). Terdapat hubungan daya ledak otot lengan dan kelentukan dengan kemampuan lemparan ke dalam karena ditemukan $r_{hitung} 0,858 > r_{tabel} 0,388$ dan $F_{hitung} = 32,09 > F_{tabel} 9,55$