

## ABSTRAK

Hubungan Kelincahan dan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan Tendangan Sabit  
Atlet Pencak Silat Perguruan Tangan Mas Kota Padang

Oleh: **Nova Gusriantoni**

Perguruan pencak silat perguruan Tangan Mas di kota Padang adalah salah satu perguruan silat yang ada di kota Padang. Dari pengamatan awal penulis pada saat atlet pencak silat perguruan Tangan Mas di kota Padang bertanding kemampuan tendangan sabit yang mereka miliki masih kurang baik dan tidak efektif dalam menghasilkan nilai. Hal ini di duga dipengaruhi oleh tingkat kelincahan dan daya ledak otot tungkai atlet tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan kelincahan dan daya ledak dengan kemampuan tendangan sabit atlet pencak silat perguruan Tangan Mas di kota Padang.

Penelitian ini bersifat korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel bebas dengan variabel terikatnya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet pencak silat perguruan perguruan Tangan Mas di kota Padang yang berjumlah 35 orang, penarikan sampel berjumlah 20 orang menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu sampel diambil berdasarkan klasifikasi penguasaan teknik, teknik pengumpulan data menggunakan tes kelincahan, tes daya ledak otot tungkai, dan tes kemampuan tendangan sabit. Analisis data menggunakan rumus korelasi product moment, dan rumus korelasi ganda.

Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil sebagai berikut: (1) Terdapat hubungan yang signifikan kelincahan dengan kemampuan tendangan sabit atlet pencak silat perguruan perguruan Tangan Mas di kota Padang (2) Terdapat hubungan yang signifikan daya ledak dengan kemampuan tendangan sabit atlet pencak silat perguruan Tangan Mas di kota Padang. (3) Terdapat hubungan yang signifikan kelincahan dan daya ledak dengan kemampuan tendangan sabit atlet pencak silat perguruan perguruan Tangan Mas di kota Padang.

**Kata Kunci: Kemampuan Tendangan sabit**