

ABSTRAK

Novel Yulanda (2012): Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan Terhadap Kemampuan *Smash* Atlet PB. Semen Padang.

Masalah penelitian adalah rendahnya kemampuan *smash* Atlet PB. Semen Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi antara daya ledak otot lengan dan kelentukan terhadap kemampuan *smash* atlet PB. Semen Padang.

Penelitian ini termasuk pada jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh atlet bulutangkis yang berlatih di PB. Semen Padang yang berjumlah 60 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Jadi, sampel dalam penelitian ini yaitu pada tingkat utama berjumlah 20 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. Variabel Kemampuan *smash* diukur dengan tes Kemampuan *smash*, variabel Daya ledak otot lengan diukur dengan *two hand medicine ball put test* dan variabel Kelentukan diukur dengan *Shit and reach test*. Data dianalisis dengan menggunakan *product moment*.

Hasil dari analisis data diperoleh : (1) Dari hasil diperoleh daya ledak otot lengan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *smash* Atlet PB. Semen Padang, ditandai dengan hasil yang diperoleh $t_{hitung} = 2,79 > t_{tabel} = 1,734$ dan memberikan sumbangan sebesar 30%. (2) Dari hasil diperoleh kelentukan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *smash* Atlet PB. Semen Padang, ditandai dengan hasil yang diperoleh $t_{hitung} = 2,72 > t_{tabel} = 1,734$ dan memberikan sumbangan sebesar 29%. (3) Terdapat kontribusi yang signifikan secara bersama-sama antara daya ledak otot lengan dan kelentukan terhadap kemampuan *smash* Atlet PB. Semen Padang, ditandai dengan hasil yang diperoleh $F_{hitung} = 10,32 > F_{tabel} = 3,59$ dan memberikan sumbangan sebesar 55%.

Kata Kunci : Daya ledak otot lengan, Kelentukan, Kemampuan smash