

ABSTRAK

Diki Kurnia Akmal. 2019. “Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Tendangan Sabit Pada Atlet Pesilat Sisinga Berantai Kota Solok”

Masalah penelitian ini adalah rendahnya daya ledak otot tungkai dan keseimbangan mempengaruhi penampilan atlet pada saat melakukan tendangan sabit sehingga akan mengakibatkan atlet ragu-ragu menyerang dan akan sangat mudah sekali tendangan ditangkap dan dijatuhkan, sehingga mental pesilat pun menjadi lemah sehingga tidak ada motivasi untuk menyerang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan dengan kemampuan tendangan sabit pada Atlet Pesilat Sisinga Berantai Kota Solok. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisis korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di tempat latihan pencak silat Perguruan Sisinga Berantai yaitu di Gurun Bagan Kota Solok. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pencak silat Perguruan Sisinga Berantai yang masih aktif berlatih sebanyak 25 orang. Teknik pengambilan sampel ini adalah secara *purposive sampling* sebanyak 20 orang. Teknik analisis data yaitu menggunakan uji korelasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan tendangan sabit pada atlet Pesilat Sisinga Berantai Kota Solok dimana $r_{hit} (0.498) > r_{tab} (0.444)$. Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan tendangan sabit pada atlet Pesilat Sisinga Berantai Kota Solok dimana $r_{hit} (0.484) > r_{tab} (0.444)$. Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan dengan kemampuan tendangan sabit pada atlet Pesilat Sisinga Berantai Kota Solok dimana $r_{hit} (0.615) > r_{tab} (0.444)$.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Keseimbangan dan Kemampuan Tendangan Sabit