

## ABSTRAK

**Andre Effianto. 2019. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Kemampuan Terhadap Kemampuan *Shoot Under Ring* Pada Extrakurikuler Siswa SMP Negeri 1 Solok Selatan**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan *shoot under ring* bolabasket siswa SMP Negeri 1 Solok Selatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shoot under ring*.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah siswa ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri 1 Solok Selatan yang berjumlah 20 orang. Sampel penelitian siswa ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri 1 Solok Selatan sebanyak 20 orang, dengan teknik *total sampling*. Untuk mengukur daya ledak otot tungkai digunakan tes *vertical jump*, untuk mengukur daya ledak otot lengan digunakan tes *two hand medicine ball*, dan untuk mengukur kemampuan *shoot under ring* dilakukan tes *shoot under ring*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dengan  $\alpha=0,05$

Hasil penelitian: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shoot under ring*. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *shoot under ring*. 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *shoot under ring*.