

ABSTRAK

Aji Putra(2019): Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Panjang Tungkai Terhadap Kemampuan *Grab Start* Atlet Renang Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang.

Masalah penelitian adalah rendahnya kemampuan *grab start* atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi antara daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai terhadap kemampuan *grab start* atlet renang Perkumpulan Renang Tirta kaluang Padang.

Penelitian ini termasuk pada jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang yang berjumlah 25 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *total sampling*. Jadi, sampel dalam penelitian ini sebanyak 25 orang yang terdiri dari 12 Putra dan 13 Putri. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. Variabel kemampuan *grab start* diukur dengan tes kemampuan *grab start*, variabel daya ledak otot tungkai diukur dengan *standing broad jump tes* dan variabel Panjang tungkai diukur dengan Tes Panjang Tungkai. Data dianalisis dengan menggunakan *product moment*.

Hasil dari analisis data diperoleh : (1) Dari hasil diperoleh daya ledak otot tungkai mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *grab start* Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang, ditandai dengan hasil yang diperoleh $t_{hitung} = 3,57 > t_{tabel} = 1,181$ untuk sampel Putra dan $t_{hitung} = 3,25 > t_{tabel} = 1,795$ untuk sampel Putri dan memberikan sumbangan sebesar 56% untuk sampel putra dan 49% untuk sampel Putri, (2) Dari hasil diperoleh panjang tungkai mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan *grab start* Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang, ditandai dengan hasil yang diperoleh $t_{hitung} = 3,19 > t_{tabel} = 1,181$ untuk sampel Putra dan $t_{hitung} = 3,38 > t_{tabel} = 1,795$ untuk sampel Putri dan memberikan sumbangan sebesar 51% untuk sampel Putra dan Putri, (3) Terdapat kontribusi yang signifikan secara bersama-sama antara daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai terhadap kemampuan *grab start* Atlet Perkumpulan Renang Tirta Kaluang Padang, ditandai dengan hasil yang diperoleh $F_{hitung} = 10,10 > F_{tabel} = 4,26$ untuk sampel Putra dan $F_{hitung} = 11,46 > F_{tabel} = 4,10$ dan memberikan sumbangan sebesar 69% untuk sampel Putra dan Putri.

Kata Kunci :Daya Ledak Otot Tungkai, Panjang Tungkai, Kemampuan Grab Start