

ABSTRAK

Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan dengan Kemampuan Tendangan Depan Atlet Pencak Silat Sakato Minangkabau Kota Padang

Oleh: Ridho Akbar Damanik

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai, dan keseimbangan dengan kemampuan tendangan depan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 27 orang atlet. Pengambilan sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana yang dijadikan sampel yaitu atlet putra yang berjumlah 20 orang atlet. Instrumen penelitian ini melalui tes *standing board jump* untuk daya ledak otot tungkai, keseimbangan menggunakan tes *fmodifikasi bass test* dan tes kemampuan tendangan depan dilakukan dengan tes kemampuan tendangan depan. Teknik analisa data menggunakan teknik analisis korelasi dan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil analisis menunjukkan: 1) Terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan tendangan depan atlet pencak silat Sakato Minangkabau Kota Padang. 2) Terdapat hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan tendangan depan atlet pencak silat Sakato Minangkabau Kota Padang. 4) Terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai, dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan tendangan depan atlet pencak silat Sakato Minangkabau Kota Padang.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Kemampuan Tendangan Depan