

ABSTRAK

Tinjauan Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Petinju Amatir Satria Club Kabupaten Pasaman Barat.

Oleh : Lola Wulandari

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya daya tahan kekuatan otot lengan dan koordinasi petinju amatir satria *boxing club* kabupaten Pasaman Barat. Hal ini dilihat dari kemampuan petinju yang masih rendah dalam melakukan teknik. Hal ini dapat dilihat pada kejuaraan pekan olahraga daerah yang diadakan di Padang pada 17 Desember tahun 2019 dan PORPROV di kota Padang Pariaman pada (6-28 November 2018). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar daya tahan kekuatan otot lengan dan koordinasi petinju amatir sasana satria *boxing club* kabupaten Pasaman Barat. Penelitian ini merupakan jenis penelitian Deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah Petinju Amatir Sasana Satria *Boxing club* Kabupaten Pasaman Barat , teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah Populasi , sehingga diperoleh sampel sebanyak 12 orang. Pengumpulan data untuk daya tahan kekuatan otot lengan menggunakan tes *push-up* dan untuk mengukur kemampuan koordinasi dengan tes kemampuan lempar tangkap bola tenis ke dinding kemudian ditangkap dalam waktu 15 detik. Analisa data yang digunakan dengan menggunakan persentase. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa hasil tes daya tahan kekuatan otot lengan petinju amatir sasana satria *boxing club* dengan rata-rata 47,67 dapat disimpulkan bahwa Daya tahan kekuatan otot lengan berada pada kategori Baik. Hasil tes koordinasi petinju amatir sasana satria *boxing club* dengan nilai rata-rata dari hasil pengukuran Koordinasi yaitu sebesar 13,25 dapat disimpulkan bahwa Koordinasi berada pada kategori Sedang.

Kata kunci: Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi.