

## **ABSTRAK**

### **Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan dengan Kemampuan Tendangan Sabit Atlet Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi**

**Oleh: Ananda Ilham**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan tendangan sabit atlet Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keberartian antara daya ledak otot tungkai dan kelentukan baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama dengan kemampuan tendangan sabit atlet Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi. Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi yang berjumlah 35 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik purposive sampling yaitu atlet putra yang berjumlah 20 orang. Data para atlet tersebut diambil untuk menguji hipotesis dan data diolah dengan rumus korelasi product moment serta korelasi ganda.

Hasil pengolahan data diperoleh terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan kemampuan tendangan sabit atlet Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi sebesar 88.36%, terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara kelentukan dengan kemampuan tendangan tendangan sabit pada atlet Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi sebesar 94.09%, dan terdapat hubungan keberartian yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kelentukan dengan kemampuan tendangan sabit pada atlet Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi sebesar 96.04%.

**Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Tendangan Sabit**