

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan, Kelentukan Punggung dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan *Smash* dalam Permainan Bulutangkis Atlet PB. Mahmuda Belimbing Padang

Oleh: Anggi Pratama

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan smash dalam permainan bulutangkis atlet PB. Mahmuda Belimbing Padang yang belum baik dan masih jauh dari yang diharapkan. Variabel dalam penelitian ini adalah daya ledak otot lengan, kelentukan punggung, daya ledak otot tungkai dan kemampuan smash. Tujuan penelitian adalah untuk melihat kontribusi daya ledak otot lengan, kelentukan punggung dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis pada atlet PB. Mahmuda Belimbing Padang.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian adalah pemain Bulutangkis PB. Mahmuda Belimbing Padang yang berjumlah 23 pemain. Sampel dalam penelitian ini adalah 8 pemain yaitu kategori pemula usia < 14 tahun dan kategori remaja usia < 16 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen variabel daya ledak otot lengan dengan *two hand medicine ball put test*, kelentukan punggung dengan *sit and reach test*, daya ledak otot tungkai dengan *vertical jump test* dan kemampuan *smash* dengan tes *jump smash*. Teknik analisis data digunakan analisis korelasi sederhana *pearson product moment* korelasi ganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Daya ledak otot lengan berkontribusi terhadap kemampuan *smash* pemain dengan hasil thitung $0,5855 > t_{tabel} 1,86$ sebesar 5,41%. Kelentukan Punggung berkontribusi terhadap kemampuan *smash* pemain dengan perolehan thitung $1,05 > t_{tabel} 1,86$ sebesar 15,72%. Daya ledak otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan *smash* pemain dengan perolehan thitung $0,92 > t_{tabel} 1,86$ sebesar 12,56%. Daya Ledak Otot Lengan, Kelentukan Punggung, dan Daya Ledak Otot Tungkai bersama-sama berkontribusi terhadap kemampuan *smash* pemain dengan perolehan Fhitung $18,67 > F_{tabel} 5,32$ sebesar 78%.

Kata Kunci: Daya Ledak Otot Tungkai, Daya Ledak Otot Lengan