

ABSTRAK

Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Kelentukan Togok terhadap Keterampilan *Forehand Drive* Atlet Tenis Meja Semen Padang.

OLEH : Dessi Novita Sari

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan atlet tenis meja dalam melakukan teknik *forehand drive*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan dan kelentukan togok terhadap keterampilan *forehand drive* atlet tenis meja Semen Padang.

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat, adapun variabel bebasnya adalah kekuatan otot lengan dan kelentukan togok, sedangkan variabel terikatnya adalah keterampilan *forehand drive*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet tenis meja Semen Padang. Sampel berjumlah 15 orang yang dilaksanakan bulan desember 2011 di GOR Semen Padang dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan variabel kekuatan otot lengan (X_1) dengan menggunakan alat ukur *Expanding Dynamometer*, variabel Kelentukan togok (X_2) dengan menggunakan alat ukur *Rotatio* derajat, dan variabel keterampilan *forehand drive* (Y) dengan kemampuan masing-masing teknik *forehand drive*.

Analisis data untuk pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi product moment dan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan *forehand drive*. Dengan r_{hitung} sebesar 0,64 sedangkan t_{hitung} sebesar 3,01 > t_{tabel} sebesar 2,16 dengan persentase tingkat hubungan sebesar 40,96%.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan togok dengan keterampilan *forehand drive*. Dengan r_{hitung} sebesar 0,84 sedangkan t_{hitung} sebesar 5,59 > t_{tabel} sebesar 2,16 dengan persentase tingkat hubungan sebesar 70,56%.
3. Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kekuatan otot lengan dan kelentukan togok terhadap keterampilan *forehand drive*. Dengan r_{hitung} sebesar 0,84 sedangkan F_{hitung} sebesar 8,78 > F_{tabel} sebesar 3,98 dengan kontribusi sebesar 70,56%.