ABSTRAK

Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Daya Ledak Otot Lengan dan Keseimbangan Dinamis terhadap Kemampuan Jump shoot Ocean Generations Club (OGC) Basketball Padang

Oleh: Rendy Estigana

Masalah penelitian ini adalah rendahnya kemampuan *jump shoot* atlet OGC Basketball Padang. Tujuan penelitian untuk mengungkapkan pengaruh langsung dan tidak langsung daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan dan keseimbangan dinamis terhadap kemampuan *jump shoot*. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan pendekatan asosiatif kausal. Populasi adalah atlet OGC Basketball Padang yang berjumlah 40 orang terdiri dari 30 orang putra dan 10 orang putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* yaitu anggota sampel dipilih secara khusus berdasarkan tujuan penelitian. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan sebelumnya yaitu pada tim putra OGC Basketball Padang maka hal inilah yang menjadi pertimbangan untuk memilih sampel atlet putra OGC Basketball Padang yang berjumlah 30 orang.

Data dikumpulkan menggunakan *speed spot shooting test*,, tes *vertical jump*, tes *two hand medicine ball put*, *modified bass test of dynamic balance*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis jalur dengan keseimbangan dinamis sebagai variabel intervening.

Hasil penelitian yakni; (1) Terdapat pengaruh langsung daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *jump shoot*. (2) Terdapat pengaruh langsung daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *jump shoot*. (3) Terdapat pengaruh langsung keseimbangan dinamis terhadap kemampuan *jump shoot*. (4) Terdapat pengaruh tidak langsung daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *jump shoot* melalui keseimbangan dinamis. (5) Terdapat pengaruh tidak langsung daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *jump shoot* melalui keseimbangan dinamis.

Kata Kunci : **Daya Ledak Otot Tungkai, Daya Ledak Otot Lengan, Keseimbangan Dinamis, Kemampuan Jump Shoot.**