

ABSTRAK

Pengaruh Daya Ledak Otot Lengan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Lubuk Basung Kabupaten Agam

OLEH : Erliza

Di dalam teknik kemampuan tolak peluru kondisi fisik merupakan salah satu syarat untuk seseorang yang ingin berprestasi. Namun pada saat ini masih banyak siswa yang tidak memahami apa itu kondisi fisik padahal dua diantara beberapa faktor fisik yang berpengaruh terhadap tolak peluru adalah daya ledak otot lengan dan kekuatan otot tungkai. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara daya ledak otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan tolak peluru.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Lubuk Basung Kabupaten Agam, dan yang menjadi sampel adalah siswa kelas V dan VI dan yang diambil adalah siswa laki-laki yang berjumlah 30 orang.

Teknik pengumpulan data variabel daya ledak otot lengan (x_1) dengan tes *Two Hands Medicine Ball Put*, variabel kekuatan otot tungkai dengan tes leg dynamometer, dan variabel tolak peluru dengan tes kemampuan tolak peluru. Analisis penelitian ini menggunakan formula korelasi product moment Pearson. Hasil perhitungan koefisien korelasi variabel X_1 dengan Y : variabel X_2 dengan Y diperoleh nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$. (0,53: 0,62 > 0,361) dan pengujian signifikansi koefisien korelasi variabel X_1 dengan Y : variabel X_2 dengan Y diperoleh nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$. (11.22 > 3.34).

Kata kunci : Daya Ledak Otot Lengan, Kekuatan Otot Tungkai, dan Tolak Peluru.