

**PENGARUH DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI, KELINCAHAN DAN
KONSENTRASI TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN DEPAN
ATLET PENCAK SILAT PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE
(PSHT) RANTING MUARA LABUH**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu syarat Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga



Oleh :

**ALFAUZAN JAMAL
NIM. 17089010**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul : Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan Konsentrasi Terhadap Kecepatan Tendangan Depan Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Muara Labuh

Nama : Alfauzan Jamal

NIM/BP : 17089010/2017

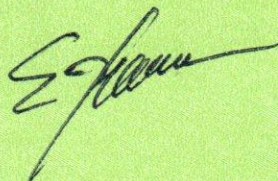
Prodi : Ilmu Keolahragaan (NK)

Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 12 Juli 2022

Disetujui oleh,
Dosen Pembimbing

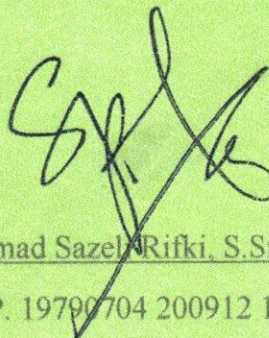


Endang Sepdanius, S.Si.,M.Or

NIP. 19890926 201504 1 002

Mengetahui

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Muhamad Sazel Rifki, S.Si.,M.Pd

NIP. 19790704 200912 1 004

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Tugas Akhir Didepan Penguji
Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahrgaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan
Konsentrasi Terhadap Kecepatan Tendangan Depan
Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate
(PSHT) Ranting Muara Labuh

Nama : Alfauzan Jamal

NIM/BP : 17089010/2017

Program Studi : Ilmu Keolahragaan (NK)

Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 12 Juli 2022

Disahkan oleh:

Tim Penguji

Ketua : Endang Sepdanius, S.Si., M.Or

Anggota : Alimuddin, S.Or., M.Or

Anggota : Sonya Nelson S.Si, M.Pd

Tanda Tangan

1.

2.

3.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Karya tulis yang berupa tesis dengan judul **Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan Konsentrasi Terhadap Kecepatan Tendangan Depan Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Muara Labuh**, ini adalah benar dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara jelas dicantumkan dalam kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Januari 2022
Yang membuat pernyataan



ALFAUZAN JAMAL
NIM. 17089010

ABSTRAK

Alfauzan 2022: The Effect of The Explosive Power of The Limb Muscles, Agility and Concentration On the Speed of The Front Kick of Pencak Silat Athletes Loyal Brotherhood of The Heart Terate (PSHT) Muara Labuh Twigs.

This research aims to be achieved in this study is to find out the extent of the effect of the explosive power of the leg muscles directly on the speed of the front kick, agility directly to the speed of the front kick, the explosiveness of the leg muscles along with concentration on the speed of the front kick and the agility of the joint concentration on the speed of the front kick of the athlete pencak silat

This type of research is a causal associative study, The population in this study is a loyal brotherhood pencak silat athlete terate muara Labuh twigs with a sample of this study numbering 30 people who were to take samples using the technique of total sampling. Research instruments are tests that include a limb muscle explosives test, an agility test, a concentration test, and a forward kick speed test. Data analysis technique is path analysis processed using SPSS 26.

The results showed that: The effect of the explosive power of the limb with a value of 0.455, agility with a value of 0.047 and concentration with a value of 0.031 is limited to the speed of the front kick where the result is $<$ of 0.05, and there is an effect of the explosiveness of the leg muscles with a result of 0.036 and agility obtained by 0.006 where the results obtained $<$ 0.05. on concentration, and also the influence of the explosive power of the limbs on the speed of the front kick through concentration, and also the direct influence of agility on the speed of the front kick through concentration

Key word : Limb Muscle ExplosiveNess, Agility, Concentration, Forward Kick Speed

ABSTRAK

Alfauzan 2022 : “Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan Konsentrasi Terhadap Kecepatan Tendangan Depan Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Muara Labuh.

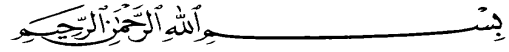
Penelitian ini untuk mengetahui sejauh mana pengaruh daya ledak otot tungkai secara langsung terhadap kecepatan tendangan depan, kelincahan secara langsung terhadap kecepatan tendangan depan, daya ledak otot tungkai bersama konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan dan kelincahan bersama konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat.

Jenis penelitian ini adalah penelitian asosiatif kausal, Populasi pada penelitian ini adalah atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate ranting Muara Labuh dengan sampel penelitian ini berjumlah 30 orang yang dimana untuk mengambil sampel menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian adalah tes yang meliputi tes daya ledak otot tungkai, tes kelincahan, tes konsentrasi, dan tes kecepatan tendangan depan. Teknik analisis data adalah analisis jalur (path analysis) yang diolah menggunakan SPSS 26.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Adanya pengaruh daya ledak otot tungkai dengan nilai 0.455, kelincahan dengan nilai 0.047 dan konsentrasi dengan nilai 0.031 terhadap kecepatan tendangan depan dimana hasil yang didapatkan < dari 0.05, dan terdapat pengaruh daya ledak otot tungkai dengan hasil 0.036 dan kelincahan didapatkan hasil 0.006 dimana hasil yang didapatkan < 0.05. terhadap konsentrasi, dan juga adanya pengaruh daya ledak otot tungkai terhadap kecepatan tendangan depan melalui konsentrasi, dan juga adanya pengaruh langsung kelincahan terhadap kecepatan tendangan depan melalui konsentrasi.

Kata Kunci: Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan, Konsentrasi, Kecepatan Tendangan Depan

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah rabbi' alamin, segala puji dan rasa syukur kehadiran Allah SWT, shalawat beserta salam semoga selalu senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan dan Konsentrasi terhadap Kecepatan Tendangan Depan Altet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Muara Labuh**". Penulisan ini bertujuan untuk melengkapi tugas akhir dan syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin, namun demikian penulis menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kesempurnaan dan harapan, hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari segala pihak, guna kesempurnaan penelitian ini dimasa yang akan datang.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan ucapan terimakasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr Muhammad Sazeli Rifki, S,Si., M,Pd. selaku Ketua Jurusan Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah

memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan dan membantu dalam proses administrasi di Program Studi dalam menyelesaikan skripsi ini.

2. Bapak Endang Sepdanius, S.Si., M.Or. sebagai pembimbing yang telah mengarahkan penulis selama menyusun skripsi ini dari awal hingga akhir.
3. Bapak Alimuddin, S.Or., M.Or selaku dosen penguji 1 yang telah banyak memberikan arahan dan masukan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Sonya Nelson, S.Si., M.Pd. selaku dosen penguji 2 yang telah banyak memberikan arahan dan masukan selama penyusunan skripsi ini.
5. Bapak, Ibuk dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan motivasi dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis, baik berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya.

Akhir kata penulis ucapkan terima kasih. Semoga skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Padang, Februari 2022
Penulis

ALFAUZAN JAMAL
NIM. 17089010

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	9
1. Sejarah Dan Defenisi Pencak Silat	9
2. Teknik Dasar Pencak Silat	13
3. Daya Ledak Otot Tungkai	25
4. Kelincahan	27
5. Konsentrasi	29
6. Kecepatan Tendangan Depan	30
B. Penelitian Yang Relevan	31
C. Kerangka Konseptual	34
D. Hipotesis Penelitian	35
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	37
B. Desain Penelitian	37
C. Tempat dan Waktu Penelitian	38
D. Populasi dan Sampel	38
E. Defenisi Operasional Dan Variabel	40
F. Jenis dan Sumber Data	41
G. Instrumen Penelitian	42
H. Teknik Pengumpulan Data	49
I. Teknik Analisis Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	51
B. Pengujian Persyaratan Analisis	55
C. Pengujian Hipotesis Penelitian	63
D. Pembahasan	70

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tendangan Depan.....	20
Gambar 2. Tendangan Jejak.....	22
Gambar 3. Tendangan T.....	23
Gambar 4. Tendangan Belakang.....	23
Gambar 5. Tendangan Sabit.....	24
Gambar 6. Sapuan	24
Gambar 7. Guntingan	25
Gambar 8. Kerangka konseptual.....	34
Gambar 9. Desain penelitian.....	38
Gambar 10. Papan Skala Vertical Jump.....	43
Gambar 11. Tes Vertical Jump.....	44
Gambar 12. Tendangan Depan.....	48
Gambar 13. Diagram Jalur Model 1.....	64
Gambar 14. Diagram Jalur Model 2.....	66
Gambar 15. Gabungan Diagram Jalur 1 Dan 2.....	67
Gambar 16. Papan vertical jump.....	86
Gambar 17. Tepung	86
Gambar 18. Meteran	86
Gambar 19. Patok.....	87
Gambar 20. Alat Tulis Dan Lembar Tes Konsentrasi.....	87
Gambar 21. Stopwatch	87
Gambar 22. Samsak	88
Gambar 23. Pluit	88
Gambar 24. Foto Bersama Penelitian Pertama	89
Gambar 25. Foto Bersama Penelitaian Kedua	89
Gambar 26. Foto Bersama Penelitian Ketiga	90
Gambar 27. Sedang Melakukan Tes Vertical Jump.....	90
Gambar 28. Sedang Melakukan Tes Suttle Run	91
Gambar 29. Sedang Melakukan Tes Konsentrasi	91
Gambar 30. Sedang Melakukan Tes Kecepatan Tendangan Depan	92

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Data Sampel	39
Tabel 2.	Penilaian Vertical Jump	44
Tabel 3.	Penilaian Suttle Run	45
Tabel 4.	Lembar concentration grid	46
Tabel 5.	Penilaian Concentration Grid	47
Tabel 6.	Penilaian Kecepatan Tendangan Depan	48
Tabel 7.	Distribusi Frekuensi Variabel Daya Ledak Otot Tungkai.....	51
Tabel 8.	Distribusi Frekuensi Variabel Kelincahan	53
Tabel 9.	Distribusi Frekuensi Variabel Konsentrasi	54
Tabel 10.	Distribusi Frekuensi Variabel Kecepatan Tendangan Depan	54
Tabel 11.	Hasil Uji Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap kecepatan tendangan depan.....	56
Tabel 12.	Hasil Uji Normalitas Kelincahan Terhadap Kecepatan Tendangan Depan.....	57
Tabel 13.	Hasil Uji Normalitas Konsentrasi Terhadap Kecepatan Tendangan Depan.....	58
Tabel 14.	Hasil Uji Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Konsentrasi.....	58
Tabel 15.	Hasil Uji Normalitas Kelincahan Terhadap Konsentrasi	59
Tabel 16.	Uji Linearitas Antara Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kecepatan Tendangan Depan.....	60
Tabel 17.	Uji Linearitas Kelincahan Dengan Kecepatan Tendangan Depan	61
Tabel 18.	Uji Linearitas Antara konsentrasi Dengan Kecepatan Tendangan Depan	61
Tabel 19.	Uji Linearitas Antara Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Konsentrasi.....	62
Tabel 20.	Uji Linearitas Antara Kelincahan Dengan Konsentrasi	63
Tabel 21.	Pengujian Hipotesis Pada Substruktur 1	64
Tabel 22.	Pengujian Hipotesis Pada Substruktur 2	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Penelitian.....	80
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian	81
Lampiran 3. Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	82
Lampiran 4. Data Kelincahan	83
Lampiran 5. Data Konsentrasi.....	84
Lampiran 6. Data Kecepatan Tendangan Depan.....	85
Lampiran 7. Alat Dan Bahan Penelitian	86
Lampiran 8. Kegiatan Penelitian.....	89

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bangsa Indonesia merupakan bangsa yang sedang berkembang, dimana pada saat ini berusaha melakukan pembangunan disegala bidang kehidupan, khususnya dibidang olahraga. Pada saat ini olahraga memiliki peranan yang sangat penting baik untuk peningkatan prestasi, kesegaran jasmani, pembinaan generasi muda, bahkan untuk bersosialisasi bagi sebagian orang olahraga juga bukan hanya sekedar pengisi waktu luang, akan tetapi sudah termasuk ke dalam kebutuhan manusia.

Hal ini sesuai dengan Undang-Undang RI No 3 tahun 2005 pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi:

“Keolahragaan Nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran dan kebugaran jasmani, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat martabat dan kehormatan bangsa.”

Sesuai dengan Undang-Undang RI No 3 tahun 2005 pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional diatas,Indonesia adalah salah satu Negara berkembang yang sedang berusaha memajukan pembangunan khususnya di bidang olahraga prestasi. Salah satu cabang olahraga yang dikembangkan saat ini dan mendapat perhatian khusus adalah pencak silat.

Pencak silat ialah suatu cara beladiri manusia yang menggunakan akal fikiran sepenuhnya. Manusia memiliki akal yang lebih sempurna dibandingkan dengan makhluk yang lainnya. Oleh karena itu, tidak mustahil bagi manusia bisa menguasai berbagai macam ilmu pengetahuan dunia ini (Koesopangat, 2012).

Di Indonesia terdapat bermacam aliran pencak silat yang berkembang. Salah satunya aliran yang masih berkembang di Indonesia yaitu PSHT (Persaudaraan Setia Hati Terate). Aliran pencak silat yang didirikan oleh Ki Hadjar Hardjo Oetmo pada tahun 1922 di desa Pilangbango kecamatan Kartoharjo Madiun Jawa Timur. Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) mengandung lima aspek yaitu persaudaraan, olahraga, beladiri, kesenian dan kerohanian atau spiritual.

Aliran persaudaraan setia hati terate (PSHT) telah berkembang di beberapa wilayah di Indonesia maupun di luar Indonesia, persaudaraan setia hati terate juga dikembangkan di wilayah kabupaten Solok Selatan tepatnya daerah Sungai Pagu, Jalan Rawang, Muara Labuh dilapangan sekolah SMA N 1 Solok Selatan, terdapat tempat latihan aliran pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh yang merupakan bagian dari Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) cabang Solok Selatan.

Dalam pertandingan pencak silat banyak teknik yang digunakan sesuai dengan peraturan yang telah ditentukan dalam kategori yang dipertandingkan. Di dalam kategori tanding ada beberapa teknik wajib dikuasai agar menang salah satunya adalah teknik tendangan. Teknik tendangan

merupakan teknik yang sering dipakai di dalam pertandingan dan sangat menyusahakan musuh, tendangan di dalam pertandingan pencak silat ada beberapa macam yang sering digunakan salah satunya adalah tendangan depan.

Keseluruhan gerakan teknik tendangan, khususnya tendangan depan sangat ditunjang oleh beberapa faktor seperti: Daya tahan, kekuatan, kelentukan, kecepatan, kelincahan, koordinasi, dan akurasi. Kekuatan otot (*muscle strength*), merupakan komponen yang sangat penting dari kondisi fisik secara keseluruhan, karena merupakan daya penggerak setiap aktifitas fisik. Daya tahan merupakan salah satu komponen biomotorik yang sangat dibutuhkan dalam aktifitas fisik, kelentukan (*flexibility*), kelentukan artinya mudah dibengkokkan atau dilentukkan, kecepatan (*speed*), merupakan kemampuan untuk mengatasi beban tahanan dengan kecepatan kontraksi yang tinggi, Kelincahan (*Agility*), Keseimbangan (*Balance*), koordinasi (*coordination*), Kemampuan (*Accuracy*), melentingkan badan kebelakang dan ditingkatkan dengan berbagai macam bentuk latihan, peningkatan komponen daya ledak otot tungkai dapat dilakukan dengan jenis-jenis latihan yang menggunakan beban (*weight training*) sedangkan komponen kelentukan dapat ditunjang dengan latihan peregangan otot.

Jika diamati teknik dasar pencak silat seperti pukulan, tendangan, bahkan jatuhan semuanya memerlukan unsur kecepatan (Ari Wilujeng, 2013:585).Setiap pesilat harus memiliki kecepatan dalam melakukan serangan dan belaan. Menurut Nurul Ihsan, dkk (2018:15) menjelaskan bahwa kecepatan sangat diperlukan dalam berbagai situasi dan kondisi. Baik pada saat

menyerang, maupun dalam bertahan. Dalam melatih kecepatan terdapat banyak faktor yang harus diperhatikan. Salah satunya elemen kekuatan yang sering digabungkan dengan kecepatan yang dinamakan dengan daya ledak otot (Watts, 2012:12). Sehingga perlu adanya faktor kecepatan dalam tendangan depan pencak silat disertai dengan kekuatan otot tungkai agar tendangan dapat lebih maksimal.

Menurut Widiastuti (2011: 125) kelincuhan adalah faktor penting yang dibutuhkan oleh hampir semua cabang olahraga dan merupakan faktor kesegaran jasmani yang harus dimiliki. Oleh karena itu kelincuhan sangat perlu diperhatikan di dalam tendangan depan pencak silat.

Weinberg & Gould dalam jurnal muhamad (2019) Mengatakan bahwa “Konsentrasi adalah kemampuan olahragawan dalam memelihara fokus perhatiannya dalam lingkungan pertandingan yang relevan”. Konsentrasi termasuk aspek mental dalam olahraga yang memegang peranan penting, saat berkurangnya atau terganggunya konsentrasi atlet pada saat latihan, maka akan terjadi gerakan tidak maksimal yang dilakukan atlet.

Hasil dari observasi penulis pada atlet silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh saat melakukan pengamatan 3x3 menit beberapa pesilat saat melakukan sparing atau tanding pesilat menggunakan tendangan depan yang kurang maksimal seperti tendangan yang mudah dibaca oleh musuh, kurang cepatnya tendangan menuju sasaran dan mudahnya kaki ditangkap oleh musuh diduga penyebabnya adalah kecepatan tendangan depan yang kurang optimal sehingga kesalahan tersebut dapat merugikan atlet di

dalam pertandingan. Kemungkinan ini terjadi oleh beberapa faktor yaitu daya ledak otot tungkai, kelincahan dan konsentrasi yang dimiliki atlet.

Kemudian melakukan wawancara dengan pelatih sehingga menyampaikan bahwa tingkat prestasi yang di dapat kurang maksimal dan atlet tidak melakukan latihan kecepatan mereka hanya fokus ke teknik. Untuk meningkatkan kecepatan tendangan depan perlu adanya latihan untuk meningkatkan kecepatan, sebelum memberikan latihan sebaiknya dilakukan penelitian terlebih dahulu apakah faktor yang dapat meningkatkan kecepatan tendangan depan, sehingga dapat diberikan latihan yang sesuai agar hasil yang didapat setelah memberikan latihan membuahkan hasil yang maksimal, sehingga berkemungkinan latihan daya ledak otot tungkai, kelincahan dan konsentrasi sangat dibutuhkan dan berperan penting. Maka terlebih dahulu perlu meneliti sejauh mana pengaruh daya ledak otot tungkai secara langsung berpengaruh terhadap kecepatan tendangan depan, kelincahan secara langsung terhadap kecepatan depan, daya ledak otot tungkai bersama konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan dan kelincahan bersama konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan.

Oleh karena penulis ingin mengangkat penelitian yang berjudul apakah terdapat pengaruh daya ledak otot tungkai, kelincahan dan konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurang optimalnya kecepatan tendangan depan pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.
2. Kurang optimal stamina yang dimiliki sehingga sering kelelahan
3. Kurang optimalnya tendangan depan yang dimiliki atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate
4. Sering kehabisan nafas disaat sparing
5. Belum diketahui pengaruh daya ledak otot tungkai, kelincahan dan konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan pencak silat persaudaraan setia hatiterate (PSHT) ranting Muara Labuh.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, agar penelitian terfokus dan terarah peneliti membatasi penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh daya ledak otot tungkai secara langsung terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.
2. Apakah terdapat pengaruh kelincahan secara langsung terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.
3. Apakah terdapat pengaruh daya ledak otot tungkai melalui konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.

4. Apakah terdapat pengaruh kelincahan melalui konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut”Apakah terdapat Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan Konsentrasi Terhadap Kecepatan Tendangan Depan Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Muara Labuh.”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dengan masalah yang diuraikan diatas maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengaruh daya ledak otot tungkai secara langsung terhadap kecepatan tendangan depan, kelincahan secara langsung terhadap kecepatan tendangan depan, daya ledak otot tungkai bersama konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan dan kelincahan bersama konsentasi terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat persaudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi:

1. Peneliti, sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga.

2. Para pelatih dan pengurus untuk menentukan tindakan-tindakan dalam bimbingan atau pembinaan bagi pesilat agar bisa menentukan latihan mana yang bisa untuk meningkatkan kecepatan tendangan depan pencak silat.
3. Atlet sendiri, dapat dijadikan acuan untuk introspeksi atau penilaian diri dalam rangka meningkatkan proses latihan sebagai upaya memperoleh kecepatan tendangan depan pencak silat yang lebih baik.
4. Civitas akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pengembangan wawasan dalam memperluas kajian dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Peneliti dapat memperkaya pengetahuan tentang seberapa besarnya pengaruh daya ledak otot tungkai, kelincahan dan konsentrasi terhadap kecepatan tendangan depan atlet pencak silat persudaraan setia hati terate (PSHT) ranting Muara Labuh.
6. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan melakukan penelitian lanjutan.