

## ABSTRAK

**Soekartia Nofa (2013) : Kontribusi Keseimbangan, Kelincahan dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kecepatan Tendangan Samping Anggota Pencak Silat Perguruan Sisinga Berantai Kota Solok.**

Masalah penelitian ini adalah rendahnya kecepatan tendangan samping yang diduga disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya keseimbangan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kontribusi keseimbangan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai secara bersama-sama terhadap kecepatan tendangan samping anggota pencak silat perguruan Sisinga Berantai Kota Solok. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *korelasional*.

Populasi penelitian ini adalah anggota pencak silat perguruan Sisinga Berantai Kota Solok. Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*, yaitu atlet laki-laki berjumlah 25 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur variabel keseimbangan dengan *stork stand* tes, kelincahan dengan tes *shuuttle run*, daya ledak otot tungkai dengan *standing long jump*, dan kecepatan tendangan samping dengan menggunakan tes tendangan samping. Pengolahan data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi ganda digunakan metoda *doolittle* dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

Dari penelitian tersebut diperoleh hasil sebagai berikut : (1) Terdapat kontribusi keseimbangan terhadap kecepatan tendangan samping anggota pencak silat Perguruan Sisinga Berantai Kota Solok sebesar 16.72%. (2) Terdapat kontribusi kelincahan terhadap kecepatan tendangan samping anggota pencak silat Perguruan Sisinga Berantai Kota Solok sebesar 14.24%. (3) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kecepatan tendangan samping anggota pencak silat Perguruan Sisinga Berantai Kota Solok sebesar 14.99%. (4) Terdapat kontribusi keseimbangan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai terhadap kecepatan tendangan samping anggota pencak silat Perguruan Sisinga Berantai Kota Solok sebesar 45.96%.

**Kata Kunci : Keseimbangan, kelincahan, daya ledak otot tungkai, kecepatan tendangan samping**