

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Ketepatan Tendangan Maigeri Atlet Karate putra Dojo Muaralabuh kabupaten solok selatan

OLEH : Niko Zulni Pratama

Masalah dalam penelitian ini adalah lemahnya ketepatan tendangan maigeri atlet karate putra dojo muaralabuh kabupaten solok selatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap ketepatan tendangan maigeri atlet karate dojo muaralabuh kabupaten solok selatan.

Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional, dengan populasi semua atlet karate putra dojo muaralabuh kabupaten solok selatan yang berjumlah 22 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik total sampling yaitu semua data dijadikan sampel. Data didapat melalui tes *standing board jump* untuk mengukur daya ledak otot tungkai, *shutell run* untuk mengukur kelincahan dan ketepatan tendangan maigeri diukur dengan tes menendang. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik regresi sederhana dan ganda dengan formula $\hat{Y} = a + b_x$

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa (1) hubungan daya ledak otot tungkai dengan ketepatan tendangan mai geri adalah tinggi. Korelasinya adalah signifikan pada taraf kepercayaan 5% dengan harga r sebesar 0,46, berkorelasi positif. Hal ini dapat menunjukkan bahwa sebesar 21% variasi ketepatan tendangan mai geri dengan daya ledak otot tungkai (2) hubungan kelincahan dengan ketepatan tendangan mai geri adalah tinggi. Korelasinya adalah signifikan pada taraf kepercayaan 5% dengan harga r sebesar 0,55 berkorelasi positif. Hal ini dapat menunjukkan bahwa sebesar 50 % variasi ketepatan tendangan mai geri dengan kelincahan (3) sumbangan (kontribusi) daya ledak otot tungkai dan kelincahan dengan ketepatan tendangan mai geri pada atlet karate putra Dojo Muaralabuh sebesar 0,61, berkorelasi positif. Hal ini dapat menunjukkan bahwa sebesar 60 % variasi ketepatan tendangan mai gerinya. Dari hasil penemuan penelitian ini didapat bahwa komponen daya ledak otot tungkai dan kelincahan mempunyai hubungan yang sangat erat dengan ketepatan tendangan maigeri, begitu juga hubungan antar sesamanya secara parsial.

Kata kunci : Daya ledak otot tungkai, kelincahan dan ketepatan tendangan maigeri