

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan terhadap Pukulan Lob Atlet Bulu Tangkis PB. Merah Putih Kota Padang

OLEH : ZULFAHMI.

Berdasarkan observasi dan pengamatan peneliti terhadap masalah yang terjadi pada Atlet Bulu Tangkis PB. Merah Putih Kota Padang, bahwa kemampuan pukulan lob mereka masih kurang memuaskan sehingga mereka belum bisa berprestasi secara optimal. Masalah inilah diduga disebabkan karena beberapa faktor, yang salah satunya adalah rendahnya daya ledak otot lengan dan kelentukan dari Atlet Bulu Tangkis PB. Merah Putih Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan terhadap Pukulan Lob Atlet Bulu Tangkis PB. Merah Putih Kota Padang.

Metode penelitian ini adalah metode korelasional. Populasi penelitian ini adalah Atlet Bulu Tangkis PB. Merah Putih Kota Padang yang aktif latihan yang berjumlah 20 orang, sedangkan sampel diambil secara *total sampling*. Tempat pelaksanaan penelitian adalah di gedung olahraga PB. Merah Putih Kota Padang, pengambilan data dilakukan pada bulan Desember 2011. Data daya ledak otot lengan dengan menggunakan *Two Hand Medicine ball put*, kelentukan dengan menggunakan *flexiometer*, dan kemampuan pukulan lob dengan melakukan tes kemampuan pukulan lob.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1). Terdapat kontribusi yang berarti antara daya ledak otot lengan dengan keterampilan kemampuan pukulan lob, ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu sebesar 35,66%. (2) Terdapat kontribusi yang berarti antara kelentukan dengan kemampuan pukulan lob, ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu sebesar 48,81%. (3) Terdapat kontribusi yang berarti antara daya ledak otot lengan dan kelentukan secara bersama-sama dengan kemampuan pukulan lob, ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu sebesar 59.17%/

Kata kunci: Daya ledak otot lengan, kelentukan terhadap pukulan lob.