

## ABSTRAK

### **Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan terhadap Kemampuan Memanjat Atlet Panjat Tebing Kota Padang**

**Oleh : Ardi Arif (2012):**

Penelitian ini berawal dari rendahnya prestasi Atlet Panjat Tebing Kota Padang dikarenakan kemampuan memanjat Atlet Panjat Tebing Kota Padang masih kurang memuaskan dan hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor yang diantaranya sangat berpengaruh adalah kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan secara bersama-sama terhadap kemampuan memanjat Atlet Panjat Tebing Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah metode korelasional untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan memanjat Atlet Panjat Tebing Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet Panjat Tebing Kota Padang yang berjumlah 24 orang dan semuanya adalah putra, sedangkan sampel diambil secara *total sampling*, maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 24 orang. Data kekuatan otot tungkai dengan menggunakan *Leg Dynamometer*, kekuatan otot lengan dengan menggunakan tes *pull up*, dan kemampuan memanjat dengan menggunakan sarana *wall climbing* dengan tipe jalur *grade 5.11*.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa: (1) Terdapat kontribusi yang berarti antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan memanjat, ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu sebesar 42.90%. (2) Terdapat kontribusi yang berarti antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan memanjat, ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu sebesar 35.90%. (3) Terdapat kontribusi yang berarti antara kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan secara bersama-sama dengan kemampuan memanjat, ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu sebesar 55.52%.