

## ABSTRAK

### **Kontribusi daya ledak otot Tungkai dan Kelincahan terhadap Kemampuan *Lay Up Shoot* Atlet Bola Basket Putra Club Omega Payakumbuh.**

**OLEH : Ade Syaputra**

Penelitian ini dilakukan berawal dari kemampuan *lay up shoot* atlet club basket Omega Payakumbuh, terdapat dari beberapa orang atlet yang tidak mampu melakukan *lay up shoot* dengan baik dan benar salah satu contohnya bola sering kali keluar dari ring basket. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ) dan kelincahan ( $X_2$ ) terhadap kemampuan *lay up shoot* ( $Y$ ). Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional.

Populasi penelitian ini adalah atlet bola basket putra club Omega Payakumbuh yang berjumlah 48 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling* yaitu atlet putra saja yang berjumlah 23 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur daya ledak otot tungkai melalui tes *Vertical Jump Test* dan kelincahan dengan tes *shuttle run*. Selanjutnya kemampuan *lay up shoot* dilakukan dengan tes kemampuan *lay up shoot*. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dan analisis koefisien determinasi dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

Dari analisis data dapat diperoleh hasil :

1. Daya ledak Otot Tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap Kemampuan *lay up shoot* atlet bola basket putra club Omega Payakumbuh 59,29%..
2. Kelincahan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap Kemampuan Kemampuan *lay up shoot* atlet bola basket putra club Omega Payakumbuh 58,21%.
3. Daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap Kemampuan *lay up shoot* atlet bola basket putra club Omega Payakumbuh 67,56%.