

ABSTRAK

Arif Hirjiansyah. 2012. Skripsi. Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *jump Shoot* Atlet Bolabasket SMA N 1 Kotobaru Kab.Dharmasraya

Permasalahan ini berawal dari rendahnya kemampuan *jump shoot* atlet bolabasket SMA Negeri 1 Koto Baru. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat kontribusi daya ledak otot lengan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *jump shoot* atlet bolabasket SMA Negeri 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya. Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional.

Pupulasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bolabasket SMA Negeri 1 Koto Baru yang berjumlah 15 orang atlet. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Purposive sampling*.

Teknik pengumpulan data adalah melalui test kemampuan *Vertical jump*, *Medicine Ball Push* dan *jump shoot*. Data yang diperoleh dianalisa dengan menggunakan SPSS v.16.0 dan statistik parametrik dengan formula korelasi *product momen* dan korelasi berganda. Dari hasil penelitian diperoleh (1) Terdapat kontribusi Daya ledak otot lengan terhadap Kemampuan *jump shoot* atlet SMA 1 Koto Baru yakni sebesar 37,94%. (2) Terdapat kontribusi Daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *jump shoot* atlet SMA 1 Koto Baru yakni sebesar 45,90%. (3) Terdapat kontribusi Daya ledak otot lengan dan daya ledak otot tungkai secara bersama terhadap kemampuan *jump shoot* atlet SMA 1 Koto Baru yakni sebesar 84,28%.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai, *jump shoot*.