ABSTRAK

Kontribusi Keseimbangan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Depan Atlet Perguruan Pencak Pat Ban Bu Pasaman Barat.

OLEH : Arif Hidayattullah (2012) :

Masalah penelitian ini adalah rendahnya prestasi Atlet Perguruan Pencak PAT BAN BU Pasaman Barat di duga disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya keseimbangan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan depan atlet Perguruan Pencak Silat PAT BAN BU Pasaman Barat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kontribusi keseimbangan dan daya ledak otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan tendangan depan Atlet Perguruan Pencak PAT BAN BU Pasaman Barat. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *korelasional.*

Populasi penelitian ini Atlet Perguruan Pencak PAT BAN BU Pasaman Barat yang berjumlah 32 orang (20 orang putera dan 12 orang puteri). Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* atlet putera saja yang berjumlah 20 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur variabel keseimbangan dengan intstrumen *stork stand* , daya ledak otot tungkai dengan instrumen *standing broad jump* dan variabel tendangan depan digunakan tes kemampuan tendangan depan . Hasil data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi ganda digunakan metoda doolittle dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari penelitian tersebut diperoleh hasil sebagai berikut : 1. Terdapat Kontribusi Keseimbangan sebesar 42,4% terhadap Kemampuan Tendangan Depan Atlet Perguran Pencak Silat Pat Ban Pasaman Barat. 2. Terdapat Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai sebesar 30,7% terhadap Kemampuan Tendangan Depan Atlet Perguruan Pencak Silat Pat Ban Bu Pasaman Barat.3. Terdapat Kontribusi Keseimbangan dan Daya Ledak Otot Tungkai secara bersama-sama sebesar 73,1% terhadap Kemampuan Tendangan Depan Atlet perguruan Pencak Silat PAT BAN BU Pasaman Barat.