

## ABSTRAK

### Kontibusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan terhadap Kemampuan *Lay-Up Shoot* Club BS-BBC Kab. 50 Kota

OLEH : Silfia Putriyani

Masalah penelitian ini adalah rendahnya kemampuan *lay-up shoot* atlet club BS-BBC Kab. 50 Kota, masalah ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya rendahnya kemampuan daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan *lay-up shoot* atlet club BS-BBC Kab. 50 Kota. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *lay-up shoot*, kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *lay-up shoot*, dan kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama terhadap kemampuan *lay-up shoot* pemain bolabasket club BS-BBC Kab. 50 Kota. Penelitian ini masuk dalam penelitian *Korelasional*.

Populasi penelitian ini adalah pemain bolabasket club BS-BBC Kab. 50 Kota yang berjumlah 38 orang terdiri dari 23 orang atlet putra dan 15 atlet putri. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu 15 orang atlet putri. Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur daya ledak otot tungkai melalui tes *Vertical Jump*. Untuk kelincahan melalui tes *Shuttle Run*. Selanjutnya kemampuan *Lay-up shoot* dilakukan melalui tes kemampuan *Lay-up shoot*. Analisa data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi sederhana (*product moment*) dan teknik analisis korelasi ganda dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Untuk mencari kontribusi menggunakan rumus  $r^2 \times 100\%$ .

Hasil analisis data menunjukkan (1) Daya ledak otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan *lay-up shoot* sebesar 49% terhadap pemain bolabasket club BS-BBS Kab. 50 Kota, (2) Kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan *Lay-up shoot* sebesar 29,16% terhadap pemain bolabasket club BS-BBS Kab. 50 Kota, (3) Daya ledak otot tungkai dan Kelincahan berkontribusi secara bersama-sama terhadap kemampuan *Lay-up shoot* sebesar 60,84% terhadap pemain bolabasket club BS-BBS Kab. 50 Kota. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan kepada pelatih/guru terutama kepada para pemain bolabasket, khususnya pemain bolabasket club BS-BBS Kab. 50 Kota untuk lebih memperhatikan dan melatih keakuratan kemampuan *Lay-up shoot*, dengan melatih daya ledak otot tungkai, kelincahan, dan faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi kemampuan *Lay-up shoot*.