

ABSTRAK

Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Keterampilan *Shooting Under Basket* Atlet Bola Basket SMA Negeri 2 Sawahlunto.

OLEH : Hafiz M. Rido

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi penulis ditemui di lapangan, Atlet Basket SMA Negeri 2 Sawahlunto dalam shooting under basket sangat jauh dari yang diharapkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan daya ledak otot tungkai dan Kelentukan pergelangan tangan terhadap Shooting under basket Atlet Basket SMA Negeri 2 Sawahlunto.

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet Basket SMA Negeri 2 Sawahlunto yang berjumlah 23 orang dengan menggunakan teknik *total sampling* yang mana semua populasi dijadikan sampel, untuk mendapatkan data penelitian digunakan *Vertical jump*, tes kelentukan pergelangan tangan dan Shooting under basket. Data yang diperoleh dianalisis dengan *product moment* sederhana dan ganda.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa dari hasil yang diperoleh daya ledak otot tungkai mempunyai hubungan signifikan dengan Shooting under basket. Dari hasil yang diperoleh Kelentukan pergelangan tangan juga mempunyai hubungan signifikan dengan Shooting under basket. Sedangkan hubungan ketiga variabel juga terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan Kelentukan pergelangan tangan terhadap Shooting under basket Atlet Basket SMA Negeri 2 Sawahlunto, ditandai dengan hasil yang diperoleh $F_{hitung} 8,809 > F_{tabel} 3,49$, berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.