

ABSTRAK

Hubungan Antara Kelincahan dan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Keterampilan *smash* salto pada atlet Sepaktakraw Pasaman Barat .

OLEH : Lizwardi,

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi penulis ditemui di lapangan, bahwa prestasi atlet sudah mulai berkurang, hal ini diakibatkan oleh kurang seimbangannya antara kelincahan dan daya ledak otot tungkai pada saat melakukan *smash*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara kelincahan dan daya ledak otot tungkai dengan keterampilan *smash* salto atlet sepaktakraw Pasaman Barat.

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet sepaktakraw Pasaman Barat yang berjumlah 20 orang dengan menggunakan teknik total sampling yang mana semua populasi dijadikan sampel, untuk mendapatkan data penelitian digunakan lari bolak balik, *vertical jump* dan keterampilan *smash* salto. Data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi *product moment* sederhana dan ganda.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa dari hasil yang diperoleh kelincahan mempunyai hubungan signifikan dengan keterampilan *smash* salto, ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $r_{hitung} -0,474 > r_{tabel} 0,444$ pada $\alpha=0,05$. Dari hasil yang diperoleh daya ledak otot tungkai mempunyai hubungan signifikan dengan keterampilan *smash* salto, ditandai dengan hasil yang diperoleh yaitu $r_{hitung} 0,621 > r_{tabel} 0,444$ pada $\alpha=0,05$. Sedangkan hubungan ketiga variabel terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dan daya ledak otot tungkai dengan keterampilan *smash* salto atlet sepaktakraw Pasaman Barat, ditandai dengan hasil yang diperoleh $R_{hitung} 0,693 > R_{tabel} 0,444$ pada $\alpha=0,05$, berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.