

## ABSTRAK

### HUBUNGAN DAYA TAHAN KEKUATAN OTOT PERUT DAN POWER OTOT TUNGKAI DENGAN KEMAMPUAN TENDANGAN LURUS ATLET PENCAK SILAT PERISAI DIRI SMK N 2 TELUK KUANTAN

OLEH : ADI SATRIA./ 2011.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui daya tahan kekuatan otot perut, power otot tungkai, kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Perisai Diri SMK N 2 Teluk Kuantan, dan untuk mengetahui hubungan daya tahan kekuatan otot perut dan power otot tungkai. Kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Perisai Diri SMK N 2 Teluk Kuantan.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian ini semua atlet pencak silat Perisai Diri SMK N 2 Teluk Kuantan sebanyak 30 orang, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 20 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli tahun 2011, sedangkan tempat penelitian dilaksanakan di perguruan pencak silat Perisai Diri SMK N 2 Teluk Kuantan. Data daya tahan kekuatan otot perut diperoleh dari sit up selama 30 detik. Data power otot tungkai diperoleh dari *vertical jump* sedangkan data kemampuan tendangan lurus dengan menggunakan samsack. Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi product moment

Hasil dari penelitian diperoleh data product moment dengan uji t dengan taraf signifikan  $\alpha$  0,05 diperoleh: 1) terdapat hubungan yang signifikan antara daya tahan kekuatan otot perut terhadap kemampuan tendangan lurus karena didapat dapat  $t_{hitung} = 2,147$ , dan  $t_{tabel} = 1,734$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) dan didapat dan didapat  $r_{x1y} = 0,3761$ . 2) terdapat hubungan yang signifikan antara power otot tungkai terhadap kemampuan tendangan lurus karena didapat dapat  $t_{hitung} = 2,845$ , dan  $t_{tabel} = 1,734$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) dan  $r_{x2y} = 0,4737$ . 3) Dari analisis korelasi ganda terdapat hubungan yang signifikan antara daya tahan kekuatan otot perut dan kelentukan secara bersama-sama terhadap kemampuan tendangan lurus karena didapat dapat  $F_{hitung} = 6.794$ , dan  $F_{tabel} = 3.59$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) dan didapat  $R = 0.5786$ .