

ABSTRAK

Kontribusi Power Otot Tungkai dan Kelincahan terhadap Kemampuan Jump Shot Dalam Permainan Bola basket

Oleh: AFRIKANADY/2011

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kontribusi Power Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Jump Shot Dalam Permainan Bola Basket. Berawal dari pengamatan penulis bahwa gerakan *jump shot* dalam olahraga bolabasket seorang pemain harus memiliki kekuatan otot yang optimal terutama *power* otot tungkai bawah dan kekuatan otot lengan karena bagian tubuh inilah yang memberikan pengaruh pada seorang pemain bolabasket dalam melakukan gerakan *jump shot* ke ring lawan dan menghasilkan angka.. *Power* otot tungkai berpengaruh terhadap tingginya *vertical jump* seorang atlet dalam melakukan *jump shot*. Dan kemampuan kelincahan juga mempengaruhi jumpshot seorang dalam permainan bolabasket

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Adapun populasi sampel berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah "Total Sampling". Hasil pengumpulan data dianalisis dengan rumus Nomogram lewis dengan menggunakan formula regresi linear sederhana pada taraf signifikansi 0.05 α .

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa bahwa *power* otot tungkai (X_1). memiliki hubungan yang signifikan serta memberikan kontribusi yang berarti terhadap kemampuan *jump shoot* (r^2) = $r (0.431)^2 = 0.186$. Kelincahan (X_2). memiliki hubungan yang signifikan serta memberikan kontribusi yang berarti terhadap kemampuan *jump shoot* (Y). $r (0.382)^2 = 0.146$. *Power* otot tungkai secara bersama dengan kelincahan memiliki hubungan yang signifikan serta memberikan kontribusi yang berarti terhadap kemampuan *jump shoot* (Y). $Y = 0.496$. Hal ini menunjukkan bahwa *power* otot tungkai dan kelincahan berkontribusi terhadap kemampuan *jump shot* bolabasket.