

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lemparan Atlet Polo Air Sumatera Barat

OLEH : Alfand setiawan, /2011/85369

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan melempar atlet polo air Sumatera Barat. Hal ini diduga karena rendahnya daya ledak otot lengan dan daya ledak otot tungkai yang berpengaruh terhadap lemparan. Penelitian ini merupakan penelitian kolerasional yang bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot lengan (X_1) dan daya ledak otot tungkai (X_2) terhadap kemampuan lemparan (Y) sebagai variabel terikat.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet polo air Sumatera Barat yang berjumlah 17 orang yang masih aktif berlatih, penarikan sampel dilakukan dengan teknik "*total sampling*". Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur daya ledak otot lengan melalui tes melempar bola *medicine* dan tes *vertical jump* untuk mengukur daya ledak otot tungkai serta tes melempar bola polo air. Data yang diperoleh dianalisis dengan kolerasi sederhana dan kolerasi ganda dan untuk mengetahui hasil kontribusi ditentukan dengan koefisien determinasi.

Hasil penelitian menjelaskan kolerasi $r_{hitung} > r_{tabel}$ (hipotesis penelitian diterima) dan pengujian signifikan koefisien korelasi variabel X_1 dan Y , variabel X_2 dan Y diperoleh nilai hitung $F_{hitung} > F_{tabel}$. Hasil penelitian ini membuktikan terdapat kontribusi daya ledak otot lengan terhadap kemampuan lemparan sebesar 88.3% dan daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi terhadap kemampuan lemparan sebesar 75.6%. secara bersama-sama kedua variabel tersebut (X_1 , X_2 terhadap Y) memberikan kontribusi sebesar 87.3%, jadi 12.75% lagi kemampuan lemparan dipengaruhi oleh unsur lain. Hal ini berarti bahwa apabila daya ledak otot lengan atlet dan daya ledak otot tungkai atlet baik, maka kemampuan lemparannya cenderung baik, sebaliknya apabila daya ledak otot lengan dan daya ledak otot tungkai atlet rendah, maka kemampuan lemparan atlet cenderung rendah.