

**KONTRIBUSI *ENDURANCE* OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN  
TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN *STRAIGHT* PADA ATLET  
*WUSHU SANSHOU* KABUPATEN SOLOK SELATAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
sebagai salah satu persyaratan Guna memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan**



Oleh  
**SUPRIADI**  
NIM. 06645

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**KONTRIBUSI *ENDURANCE* OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN  
TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN *STRAIGHT* ATLET *WUSHU*  
*SANSHOU* KABUPATEN SOLOK SELATAN**

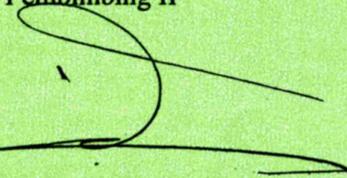
Nama : Supriadi  
BP/NIM : 2008/06645  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, 11 Januari 2012

Pembimbing I Diketahui Pembimbing II

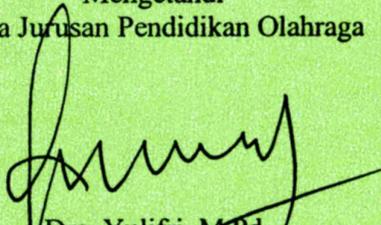


DR. H. Syahrial B. M.Pd  
Nip. 19621012 198602 1 002



Drs. Zalfendi M.Kes.  
Nip. 19590705 198503 1 002

Mengetahui  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd  
Nip. 19590705 198503 1 002

## PENGESAHAN

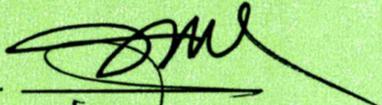
**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan  
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

Judul : Kontribusi *Endurance* Otot Lengan dan Panjang  
Lengan terhadap Kemampuan Pukulan *Straight* Atlet  
*Wushu Sanshou* Kabupaten Solok Selatan

Nama : Supriadi  
NIM : 06645  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 11 Januari 2012

### Tim penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. H. Syahril Bakhtiar, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Zalfendi, M.Kes	2. 
3. Anggota	: Drs. H. Arsil, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Dra. Rosmawati, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Jaslindo, M.S	5. 

# درائتہ الیوم

*Dengan Nama Allah Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang*

*Ya Allah, ,!!! Sujud syukur aku persembahkan untukmu  
Atas apa yang engkau kehendaki  
Secercah harapan telah ku genggam  
Sepenggal asa telah ku raih  
Terima kasihku padamu Ya Allah . . .*

*Dengan ketulusan dan kesucian hati, aku persembahkan  
sebuah karya kecil ku ini untuk kedua orang tua ku tercinta  
"Ayahanda pratu Anwar (Alm), dan ibunda Rabaani" yang telah  
merawatku, membesarkanku dan membiayai semua kebutuhanku,  
tak bisa lagi aku menghitung berapa angka uang yang kalian  
berikan jasmu akan ku kenang sampai akhir hayat ku.*

*Dan juga buat kakak-kakakku " Khaira gustin, Aprinal, Ramadani,  
Eldimurni" dan semua keluarga besarku berkat do'a Dan ketulusan hati yang kalian  
berikan, pada hari ini aku telah bisa membuktikan Kesungguhan ku dan  
memenuhi harapan kalian semua.*

*Ribuan ucapan terimakasih kepada bapak Dr. H. Syahrial Bakhtiar, M.Pd  
Dan Drs. Zalfendi, M.Kes yang telah membimbingku , mungkin tanpa campur  
Tanganmu aku belum selesai hari ini, namun dengan ketulusan hatimu membantuku  
akhirnya aku bisa di wisuda.*



*Terimakasih juga terimakasih orang yang tersayang, kula anggun*

*juwita*

*Mohon maaf karna eng banyak buat salah padamu.*

*Dan juga pada teman-teman ku andika Hariadi, Gusmedi Mejenk, Meichi Handayani, Junaidi, Teguh Widodo, Irfan P, Eki M, mak Waya, Dila, Memes, Lia, Lisa, Elfira, trus bro-bro ku Ramzah, Rido, Dido, dan teman latihan wushu Pesrizal, Syahrial, Alim, Anto dan masih banyak lagi yang tidak bisa di sebutkan satu Persatu. Trimakasih yang tak terhingga tas bantuannya, ku tak kan melupakan jasamu semua.*

*Bagi teman-teman ku yang belum menyelesaikan kulaib nya tetap semangat,*

*Bejuang keras, pantang menyerah, dan icub selalu mendoaktimu semua ,*

*Trus temanku se koz Weldi, Niko, Koy mandan, ibuk koz, Arta, Anda, Reban, Dandi, dan Satria trima kasih tas bantuan nya ,*

*Dan uni ku Desi makasi ya , karna kamu selalu memberika semangat dan do'a Yang selalu menyertaku,*

*Semoga kesuksesan akan menyertai kita semua , amiiiiin . ,*

*Terima kasih ya Allah*

*Dan hari ini.....*

*Telah kuraih cita-cita*

*Telah ku wujudkan harapan kedua orang tua tercinta*

*Semoga semua ini tidaklah sia-sia*

*Kuharapkan Ridho dan Restunya*

*SUPRIADI*

*5 april 1988*

## ABSTRAK

**Supriadi** : Kontribusi *Endurance* Otot Lengan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Pukulan *Straight* Pada Atlet *Wushu Sanshou* Kabupaten Solok Selatan.

Masalah dalam penelitian ini adalah sering kali atlet melakukan kesalahan dalam melakukan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan yaitu sering terlambat melancarkan pukulan *straight*, pukulan yang dilakukan tidak lagi akurat, tidak terkontrol dengan baik dan lainnya. Dikarenakan banyak hal, namun peneliti hanya melihat pada factor *Endurance* otot lengan dan panjang lengan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauh mana hubungan dan kontribusi *Endurance* otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.

Penelitian ini berjenis korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel satu dengan yang lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet *Wushu Sanshou* Kabupaten Solok Selatan yang berjumlah 8 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* yaitu semua populasi dijadikan sampel, dan dilaksanakan di suasana latihan atlet Kabupaten Solok Selatan. Instrument penelitian *Endurance* otot lengan diperoleh dengan tes *push-up*, panjang lengan diperoleh dengan mengukur panjang lengan, kemampuan pukulan *straight* didapatkan melalui tes melakukan pukulan *straight* selama 1 menit dilakukan oleh atlet. Teknik analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment*.

Berdasarkan perhitungan korelasi *product moment*, 1) Terdapat hubungan yang signifikan *Endurance* otot lengan dengan kemampuan pukulan *straight* dalam yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,798 > r_{tabel} = 0,707$ , kontribusi *Endurance* otot lengan terhadap kemampuan pukulan *straight* adalah sebesar 63,68%. 2) Terdapat hubungan yang signifikan panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,864 > r_{tabel} = 0,707$ , kontribusi panjang lengan terhadap kemampuan pukulan *straight* adalah sebesar 74,65%.; 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara *Endurance* otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan pukulan *straight* diperoleh  $R_{hitung} = 0,891$ , kontribusi *Endurance* otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan pukulan *straight* adalah sebesar 79,39%.

## KATA PENGANTAR



Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, berkah dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan sebaik-baiknya. Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan tugas akhir pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam menyelesaikan tugas dan kewajiban ini peneliti memilih judul “Kontribusi *endurance* Otot Lengan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Pukulan *Straight* Pada Atlet *Wushu Sanshou* Kabupaten Solok Selatan”.

Selama penulisan penelitian ini berlangsung, peneliti tidak lepas dari berbagai macam bantuan dari berbagai pihak. Peneliti memiliki keterbatasan dan kekurangan dalam penulisan sesuai dengan ilmu yang peneliti miliki, oleh sebab itu peneliti menerima saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan isi di penelitian ini. Untuk itu peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Drs.H.Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga.

3. Dr. H. Syahrial. Bakhtiar, M.Pd, selaku Pembimbing I, Drs. Zalfendi, M.Kes selaku pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian penelitian ini.
4. Drs. H. Arsil, M. Pd, Drs. Jaslindo, M.S, dan Dra. Rosmawati, M. Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan kritikan dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Bapak dan Ibuk staf pengajar di jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.
6. Teristimewa untuk kedua orang tua Rabaani dan Anwar (almarhum) serta kakakku Itin, Aprinal, Dani, dan Edimurni yang telah memberikan semangat dan do'a dalam penulisan skripsi ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP khususnya rekan-rekan sejurusan angkatan 2008 Pendidikan Olahraga yang telah memberikan motivasi, bantuan dalam menyelesaikan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan namanya satu persatu.

Akhirnya penulis dapat berdoa semoga bimbingan dan bantuan yang diberikan mendapat imbalan dari Allah SWT dan semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua baik sekarang maupun dimasa yang akan datang demi kemajuan Ilmu Pengetahuan.

Padang Desember 2011

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATAPENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTARLAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masala.....	6
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A.Kajian Teori.....	10
1. Pengertian <i>Wushu</i> Kategori <i>Sanshou</i> .....	10
2. Pengertian <i>Endurance</i> Otot Lengan .....	14
3. Pengertian Panjang Lengan.....	18
4. Pengertian Pukulan <i>Straight</i> .....	20
B. Kerangka Konseptual.....	26
C. Hipotesis Penelitian.....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis penelitian .....	31
B. Waktu dan tempat Penelitian.....	31

C. Populasi dan Sampel.....	31
1. Populasi.....	31
2. Sampel .....	32
D. Defenisi Operasional .....	33
E. Jenis dan Sumber Data.....	33
1. Jenis Data .....	33
2. Sumber Data .....	33
F. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	34
G. Teknik Analisis Data .....	39

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi data.....	42
Data <i>Endurance</i> Otot Lengan Atlet.....	42
Data Panjang Lengan Atlet.....	43
Data Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> Atlet.....	45
B. Pengujian Hipotesis.....	46
C. Uji Hipotesis.....	47
D. Pembahasan .....	50

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	56

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>58</b>
----------------------------	-----------

#### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian .....	32
2. Sampel Penelitian.....	32
3. Norma Tes <i>Push Up</i> .....	35
4. Tabel data <i>Endurance</i> Otot Lengan .....	41
5. Distribusi Frekuensi Data <i>Endurance</i> Otot Lengan .....	42
6. Data Panjang Lengan.....	43
7. Distribusi Frekuensi Data Panjang Lengan.....	44
8. Data Pukulan <i>Straight</i> .....	44
6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> Atlet.....	45
7. Uji Normalitas Data $X_1, X_2$ , dan $Y$ .....	46
8. Rangkuman Hasil Analisis Variabel $X_1$ dan $Y$ .....	48
9. Rangkuman Hasil Analisi Variabel $X_2$ dan $Y$ .....	49
10. Rangkuman Uji Signifikan Koefisien Korelasi Ganda $X_1, X_2$ , dan $Y$ ..	50

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Teknik Pukulan <i>Straight</i> .....	23
2. Teknik Pukulan <i>Straight</i> Kanan dan Kiri.....	25
3. Bagan Kerangka Konseptual.....	29
4. Bentuk Tes <i>Push-up</i> .....	36
5. Pelaksanaan Mengukur Panjang Lengan.....	37
6. Pelaksanaan Pukulan <i>Straight</i> .....	39
7. Distribusi Frekuensi <i>Endurance</i> Otot Lengan Atlet.....	43
8. Distribusi Frekuensi Panjang Lengan Atlet.....	44
9. Distribusi Frekuensi Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> Atlet.....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Pengukuran <i>Endurance</i> Otot Lengan, dan Panjang Lengan Dengan Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> .....	60
2.Uji Normalitas Variabel <i>Endurance</i> Otot Lengan ( $X_1$ ).....	61
3.Uji Normalitas Variabel Panjang Lengan ( $X_2$ ).....	62
4.Uji Normalitas Variabel Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> (Y).....	63
5.Analisis Hubungan Antara <i>Endurance</i> Otot Lengan ( $X_1$ ) Terhadap Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> (Y).....	64
6.Uji Keberartian Koefisien Korelasi.....	65
7.Uji Keberartian Koefisien Korelasi Dilanjutkan Dengan Uji T Rumus.....	66
8.Uji Kontribusi Dilanjutkan Dengan Rumus Determinasi.....	67
9.Analisis Hubungan Antara Panjang Lengan ( $X_2$ ) Terhadap Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> .....	68
10.Uji Keberartian Koefisien Korelasi.....	69
11.Uji Keberartian Koefisien Korelasi Dilanjutkan Dengan Uji T Rumus.....	70
12.Uji Kontribusi Dilanjutkan Dengan Rumus Determinasi.....	71
13.Analisis Hubungan Antara <i>Endurance</i> Otot Lengan ( $X_1$ ) Dan Panjang Lengan ( $X_2$ ) Dengan Kemampuan Pukulan <i>Straight</i> .....	72
14.Uji Keberartian Koefisien Korelasi Ganda.....	73
15.Pengujian Kontribusi Dengan Rumus Determinasi.....	74
16.Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	75
17.Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian Dari Pelatih <i>Wushu</i> Kabupaten Solok Selatan.....	76
18.Dokumentasi Penelitian.....	77

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aktivitas fisik manusia pada saat ini, selain itu juga berpengaruh terhadap peningkatan harkat dan martabat suatu bangsa, karena olahraga penting untuk mengangkat harkat dan martabat suatu bangsa maka olahraga harus dibina dengan baik. Dewasa ini pemerintah sedang giat-giatnya membangun prestasi olahraga dengan berbagai upaya, hal ini tertuang dalam undang-undang RI no. 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pada bab VII pasal 27 ayat 1 yang berbunyi : “pembinaan dan pengembangan olahraga dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi dan olahraga pada tingkat daerah, nasional dan internasional”.

Salah satu cabang olahraga yang saat sekarang sedang berkembang dipercaturan olahraga Indonesia adalah *wushu*. *Wushu* merupakan salah satu sarana bagi generasi muda untuk berprestasi mengharumkan nama daerah, bangsa dan Negara. Melalui pengamatan peneliti ternyata *wushu* telah berkembang menjadi olahraga yang digemari oleh semua lapisan masyarakat. Dimulai dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan masyarakat kota sampai desa, instansi pemerintah maupun pihak swasta bahkan pada instansi pendidikan aktif mengembangkan *wushu* salah satunya adalah kabupaten solok selatan.

Dalam *wushu* kondisi fisik merupakan salah satu persyaratan seorang atlet, bahkan dapat dikatakan sebagai dasar olahraga prestasi. Factor-faktor kondisi fisik yang mempengaruhi menurut Syafrudin (1996:36) antara lain “(1) Kekuatan (*strength*), (2) Daya tahan (*endurance*), (3) Daya ledak (*power*), (4) Kecepatan (*speed*), (5) Kelenturan (*fleksibility*), (6) Kelincahan (*agility*), (7) Koordinasi (*coordination*), (8) Keseimbangan (*balance*), (9) Ketepatan (*accurac*), (10) Reaksi (*reaction*)”.

Salah satu kondisi fisik yang dibutuhkan atlet dalam olahraga *wushu* ini adalah *endurance*, karena teknik utama yang dilakukan atlet dalam pertandingan adalah pukulan dan saat atlet melakukannya *endurance* pada otot lengan sangat dibutuhkan. *Endurance* otot lengan dalam pelaksanaan pukulan dibutuhkan oleh atlet agar dapat melancarkan pukulan yang kuat, cepat, tepat dan bisa bertahan lama.

Selain kondisi fisik teknik juga dapat meningkatkan prestasi atlet dalam meraih kemenangan dengan teknik yang baik atlet dapat menghasilkan poin dengan maksimal. dalam olahraga *wushu* teknik yang dominan dilakukan atlet pada saat pertandingan yaitu pukulan. Salah satu pukulan dalam olahraga *wushu sanshou* adalah pukulan *straight*. Kelebihan pukulan ini dapat dilakukan dari jarak pendek maupun panjang, teknik ini merupakan teknik yang sangat efisien dalam pertandingan karena dapat dilakukan dalam posisi apapun. selain itu jika atlet menguasai teknik ini dengan sempurna maka dalam pertandingan atlet akan mendapatkan poin yang tinggi dan lawan akan merasa takut sehingga bisa menjatuhkan mental lawan.

Selain *endurance* otot lengan ada unsur lain yang harus dimiliki oleh atlet *wushu sanshou* guna melancarkan bentuk pukulan *straight* yang baik yaitu panjang lengan. Factor panjang lengan dalam olahraga ini tidak ditentukan, karena tiap manusia memiliki panjang lengan yang berbeda-beda. Panjang lengan dalam olahraga *wushu* terutama pada kategori *sanshou* sangat dibutuhkan dalam pelaksanaan pukulan. Hal itu dibuktikan atlet yang memiliki lengan yang lebih panjang maka akan mempermudah jangkauan serangan yang akan dilakukan pada lawan, dengan kata lain jarak serangan lebih pendek. Sedangkan atlet yang memiliki lengan yang lebih pendek akan sulit menjangkau sasaran serangan pada lawan. Dengan kata lain serangan yang dilakukan akan jauh, hal itu akan mempersulit atlet melakukan serangan dan tidak mendapatkan poin yang maksimal.

Untuk memiliki pukulan *straight* yang baik dalam pertandingan faktor *endurance* otot lengan dan panjang lengan sangat dibutuhkan. Hal itu dapat dilihat pada saat atlet melakukan serangan-serangan yang mematikan lawan, serangan yang dilakukan harus kuat dan dapat dilakukan atlet selama pertandingan berlangsung tanpa merasa lelah, capek dan letih. Dengan demikian *endurance* otot lengan dan panjang lengan merupakan faktor utama dalam terlaksananya pukulan *straight* yang sempurna.

Unsur taktik berperan pada saat atlet melancarkan serangan dengan cepat, kuat dan tepat tanpa dapat dihalangi oleh lawan, dengan demikian poin atlet akan bertambah. Mental atlet dipupuk dan dibina oleh pelatih agar tidak mudah pantang menyerah dan selalu semangat dalam pertandingan.

Olahraga *wushu* di Kabupaten Solok Selatan walaupun termasuk olahraga yang baru dikalangan masyarakatnya namun dapat meningkatkan nama baik daerah. Hal itu dapat dibuktikan dalam setiap even-even yang diikuti oleh atlet yang selalu meraih prestasi yang maksimal. Prestasi yang diperoleh oleh atlet *wushu* Kabupaten Solok Selatan dapat dilihat pada saat mengikuti kejuaraan antar daerah yaitu Porprof, mereka meraih 3 medali emas dan 1 medali perak. Dari hasil yang mereka peroleh dapat dilihat bahwa keempat faktor dalam tercapainya prestasi sangat berperan.

Namun kejayaan yang mereka pertahankan tidak berlangsung lama, hal itu dibuktikan pada kejuaraan yang mereka ikuti pada tahun 2010 atlet *wushu sanshou* kabupaten Solok Selatan tidak lagi meraih prestasi. Dalam melakukan pertandingan atlet tidak dapat bertahan selama babak terakhir. Hal itu dilihat dari kondisi fisik yang menurun. Pada babak pertama pukulan *straight* yang dilancarkan atlet dapat terlaksana dengan baik, hal juga dapat dilihat pada babak kedua. Namun di babak ke tiga pukulan yang dilakukan mulai melemah karena *endurance* yang dimiliki atlet mulai menurun sehingga teknik pukulan *straight* yang dilakukan kurang terarah. Pukulan *straight* yang dilakukan atlet cenderung melemah, hal itu mungkin disebabkan oleh kurangnya *endurance* dan kurang idealnya panjang lengan pada saat atlet melakukan pukulan *straight*.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di lapangan terlihat adanya penurunan prestasi atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan diantaranya dari hasil pertandingan-pertandingan yang diikuti sering mengalami kekalahan

baik itu tingkat Kecamatan maupun tingkat Kabupaten dan Kota. Semua itu mungkin disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah: kondisi fisik atlet yang kurang kuat, teknik yang kurang bagus, taktik yang kurang mantap, mental yang kurang stabil.

Dengan kelemahan-kelemahan yang terjadi pada komponen kondisi fisik, teknik, taktik dan mental di atas maka berakibat kepada lemahnya *endurance* otot lengan atlet serta panjang lengan atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi pukulan *straight* atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan salah satunya adalah *endurance* otot lengan dan panjang lengan. Oleh karena itu peneliti ingin mengadakan penelitian yang berjudul: "Kontribusi *Endurance* Otot Lengan dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Pukulan *Straight* Pada Atlet *Wushu Sanshou* Kabupaten Solok Selatan".

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. *Endurance* otot lengan atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
2. Panjang lengan atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
3. Kondisi fisik atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
4. Teknik pukulan *straight* atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
5. Taktik atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan dalam pertandingan

6. Mental atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
7. Konsentrasi atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, untuk memperoleh pukulan *straight* yang baik ternyata banyak faktor yang mendukung. Oleh karena berbagai keterbatasan maka penelitian ini hanya membatasi pada masalah:

- 1 *Endurance* otot lengan atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
- 2 Panjang lengan atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.

### **D. Perumusan Masalah**

Sehubungan dengan pembatasan masalah di atas maka dapat disusun perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara *endurance* otot lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan?
2. Apakah terdapat hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan?
3. Apakah terdapat hubungan antara *endurance* otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan?

4. Apakah terdapat kontribusi antara *endurance* otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan?
5. Apakah terdapat kontribusi antara *endurance* otot lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan?
6. Apakah terdapat kontribusi antara panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkap atau mengetahui:

1. Hubungan antara *endurance* otot lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
2. Hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
3. Hubungan antara *endurance* otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
4. Kontribusi antara *endurance* otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.
5. Kontribusi antara *endurance* otot lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.

6. Kontribusi antara panjang lengan dengan kemampuan pukulan *straight* pada atlet *wushu sanshou* Kabupaten Solok Selatan.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan tujuan yang telah dikemukakan terdahulu dan memperhatikan masalah-masalah penelitian, maka diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat bagi:

1. Peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta untuk mendapatkan gelar sarjana pada program studi strata satu (S1) Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih dan pengurus *wushu* untuk membuat program dalam menambah kemampuan atlet.
3. Peneliti selanjutnya sebagai bahan bacaan dalam penulisan karya ilmiah atau tugas-tugas mengenai olahraga *wushu*.
4. Para pembaca pada perpustakaan universitas negeri padang, khususnya pada perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan, sebagai referensi dalam pembuatan penulisan karya ilmiah agar lebih bermutu, dan dapat dikembangkan melalui penulis-penulis baru yang muncul dari kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang berikutnya.