

**HUBUNGAN KEKUATAN TUNGKAI DAN KELENTUKAN PINGGANG
TERHADAP KEMAMPUAN BANTING KAYANG PADA ATLET GULAT
JUNIOR PUTRA KOTA PADANG**

SKRIPSI

**Diajukan kepada tim penguji skripsi jurusan Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



**OKTAVIA YULIANI MONECA
NIM.17086060**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

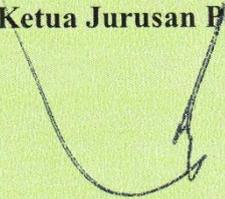
SKRIPSI

Judul : Hubungan Kekuatan Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kemampuan Banting Kayang Pada Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang

Nama : Oktavia Yuliani Moneca
Nim : 17086060
Program Studi : Penjaskesrek
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Universitas Negeri Padang

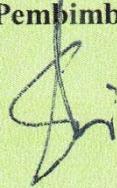
Padang, Februari 2021

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Disetujui
Pembimbing



Sepriadi, S.Si, M.Pd
NIP. 19890901 201404 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Oktavia Yuliani Moneca
NIM : 17086060

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

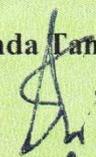
**Hubungan Kekuatan Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap
Kemampuan Banting Kayang Pada Atlet Gulat
Junior Putra Kota Padang**

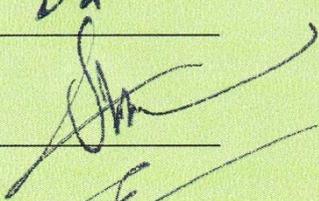
Padang, Februari 2021

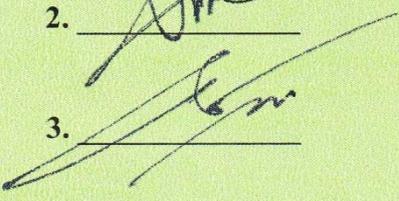
Tim Penguji

1. Ketua : Sepriadi, S.Si, M.Pd
2. Sekretaris : Drs. Ali Asmi, M.Pd
3. Anggota : Drs. Kibadra, M.Pd

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Hubungan Kekuatan Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kemampuan Banting Kayang Pada Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2021
Yang membuat pernyataan



Oktavia Yuliani Moneca
NIM. 17086060

ABSTRAK

Oktavia Yuliani Moneca. 2021. Hubungan Kekuatan Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kemampuan Banting Kayang Pada Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurangnya kemampuan banting kayang atlet gulat junior putra kota padang yang diduga berhubungan dengan kekuatan tungkai dan kelentukan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keberartian hubungan antara kekuatan tungkai dan kelentukan terhadap kemampuan banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan februari 2021 di pusat latihan gelanggang olahraga H. Agus Salim Kota Padang Sumatera Barat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet gulat junior putra kota padang yang berjumlah 18 orang atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 18 orang atlet. Instrumen dalam penelitian ini adalah: 1) leg and back dynamo meter untuk mengukur kekuatan tungkai atlet, 2) bridge up test untuk mengukur kelentukan pinggang atlet, dan 3) tes kemampuan banting kayang untuk mengukur kemampuan banting kayang atlet. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik korelasi sederhana dan korelasi berganda.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan tungkai terhadap kemampuan banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang dengan nilai $r_{hitung} = 0,634 > r_{tabel} = 0,468$, 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan terhadap kemampuan banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang dengan nilai $r_{hitung} = 0,559 > r_{tabel} = 0,468$. 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan tungkai dan kelentukan secara bersama-sama terhadap kemampuan banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang dengan nilai $r_{hitung} = 0,779 > r_{tabel} = 0,468$.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran ALLAH subhanahuwataala, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “**Hubungan Kekuatan Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kemampuan Banting Kayang Pada Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang**”. Salawat beiringkan salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad shallallahualaihiwasaallam yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Dalam melaksanakan penyelesaian penelitian, peneliti banyak mendapat bantuan bimbingan dari berbagai pihak. Selanjutnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Teristimewa untuk kedua orang tua yang saya cintai Ayah dan ibu yang merupakan jiwa dan kekuatan terbesar peneliti untuk menyelesaikan perkuliahan
2. Sepriadi, S.Si, M.Pd selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
3. Drs. Ali Asmi, M.Pd, dan Drs. Kibadra, M.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
4. Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan

5. Drs. Zarwan, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
7. Pelatih dan atlet gulat junior Kota Padang yang telah membantu peneliti dalam pengambilan data, telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Olahraga 2017 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah Subhanahuwata'ala memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Padang, Februari 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Olahraga Gulat	9
2. Kemampuan Banting Kayang	11
3. Kekuatan tungkai	14
4. Kelentukan Pinggang	16
B. Kerangka Konseptual	18
C. Hipotesis Penelitian	19
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian	20
C. Populasi dan Sampel	20
D. Jenis dan Sumber Data	21
E. Defenisi Operasional	21
F. Teknik Pengumpulan Data	22
G. Instrumen Penelitian	22
H. Teknik Analisis Data	27

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	30
1. Kekuatan Tungkai (X_1)	30
2. Kelentukan (X_2)	31
3. Banting Kayang (Y)	33
B. Uji Persyaratan Analisis	34
C. Pengujian Hipotesis.....	35
1. Uji Hipotesis Pertama (X_1-Y)	35
2. Uji Hipotesis kedua (X_2-Y).....	36
3. Uji Hipotesis ketiga (X_1, X_2-Y)	37
D. Pembahasan.....	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	47

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1. Norma kekuatan tungkai putra	25
2. Norma bridge-up	26
3. Norma Kemampuan Banting Kayang	27
4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kekuatan tungkai Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang.....	30
5. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kelentukan Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang	32
6. Distribusi Frekuensi Hasil Data Banting kayang Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang	33
7. Uji Normalitas dengan Lilliefors	35
8. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara kekuatan tungkai dengan kemampuan banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang.....	36
9. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara kelentukan dengan kemampuan banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang	37
10. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara kekuatan tungkai dan kelentukan terhadap kemampuan banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Banting Kayang	13
2. Kerangka konseptual	18
3. Boneka bantingan	24
4. Pelaksanaan <i>bride up</i>	26
5. Extension-D	26
6. Histogram Frekuensi Hasil Data Kekuatan tungkai atlet Gulat Junior Putra Kota Padang	31
7. Histogram Frekuensi Hasil Data Kelentukan atlet Gulat Junior Putra Kota Padang	33
8. Histogram Frekuensi Hasil Data Banting kayang atlet Gulat Junior Putra Kota Padang	34
9. Peneliti Memberikan Pengarahan Tentang Tata Cara Penelitian	66
10. Pelaksanaan tes kekuatan tungkai dengan leg <i>Dynamo Meter</i>	66
11. Pengukuran kelentukan pinggang dengan <i>Bridge Up Test</i>	67
12. Pelaksanaan Pengukuran Kemampuan Banting Kayang	67
13. Foto Bersama Dengan Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang	68
14. Foto Bersama Dengan Jajaran Staf Kepelatihan Gulat Junior Putra Kota Padang	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Penelitian Kekuatan Tungkai Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang.....	46
2. Data Mentah Penelitian Kelentukan Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang.....	47
3. Data Mentah Penelitian Banting Kayang Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang.....	48
4. Uji Normalitas Data Kekakuan Otot Tungkai.....	49
5. Uji Normalitas Data Kelentukan.....	50
6. Uji Normalitas Data Banting Kayang.....	51
7. Pengujian Hipotesis.....	52
8. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors.....	57
9. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i>	58
10. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z.....	59
11. Tabel Persentil Untuk Distribusi <i>t</i>	60
12. Table uji F.....	61
13. Dokumentasi Penelitian.....	63

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan dalam bidang olahraga prestasi merupakan hal pokok yang dibicarakan baik pada negara yang sedang berkembang maupun negara yang sudah maju. Indonesia sebagai negara yang sedang berkembang juga tengah giat giatnya meningkatkan prestasi setiap cabang olahraga.

“Hal tersebut juga dapat dilihat dalam rumusan UU RI No 3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 13 tentang system keolahragaan nasional yang berbunyi : “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dalam menumbuh kembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi”.

Berdasarkan kutipan diatas perlu adanya usaha dan upaya dalam meningkatkan prestasi olahraga ketingkat yang lebih tinggi dan melakukan pembinaan secara berkesenambungan agar prestasi olahraga dapat tercapai. Keolahragaan nasional yang telah memiliki undang-undang ini bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran kualitas jasmani manusia, akhlak manusia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan Nasional serta mengangkat harkat dan martabat suatu kehormatan manusia.

Salah satu cabang olahraga prestasi adalah olahraga gulat yang merupakan salah satu cabang olahraga bela diri di Indonesia yang sudah cukup lama. Menurut Syaffruddin (2016:4) menyatakan bahwa “pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga”. Gulat (*Wrestling*) seperti olahraga lainnya, memiliki suatu ketentuan

yang harus ditaati pegulat seperti, peraturan permainan atau pertandingan yang di capai dalam bermain dengan tujuan agar pertandingan dapat berjalan dengan baik dan teratur. Pertandingan olahraga gulat memiliki peraturan dan diterapkan pada semua gaya yang ada atau diakui dalam pergulatan modern seperti gaya *romawi* dan gaya bebas.

Pada awalnya, olahraga gulat adalah suatu olahraga beladiri yang menggunakan tenaga dan didalamnya dimungkinkan mengandung pengertian perkelagian, pertarungan yang sengit untuk mengalahkan lawan dengan cara memukul, menendang, mencekik, bahkan menggigit. Namun, pada tahap selanjutnya pengertian ini berubah karena telah menjadi suatu cabang olahraga yang dilengkapi dengan peraturan yang dipatuhi oleh para pesertanya. Gulat memiliki pengertian sebagai suatu olahraga yang dilakukan oleh dua orang yang saling menjatuhkan dan membanting, menguasai, dan mengunci lawannya dalam keadaan terlentang dengan menggunakan teknik yang benar sehingga tidak membahayakan keselamatan lawannya.

Menurut Syaffruddin (2016:52) menyatakan bahwa “Salah satu unsur atau faktor penting untuk meraih suatu prestasi dalam olahraga adalah kondisi fisik, disamping penguasaan teknik taktik dan mental”. Yang menunjang seorang pegulat itu memiliki kondisi fisik yang baik adalah dengan cara latihan. Latihan merupakan suatu proses yang sistematis untuk meningkatkan kualitas fisik dan bertujuan untuk meningkatkan penampilan olahraga. Kondisi fisik satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak bisa dipisahkan begitu saja, komponen kondisi fisik tersebut terdiri atas kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, daya tahan, daya ledak otot, koordinasi, keseimbangan, daya lentur, dan reaksi.

Dalam prestasi gulat, aspek yang juga perlu dikembangkan dan dilatih selain kondisi fisik dan juga teknik, adalah taktik dan mental. Taktik merupakan suatu siasat atau akal yang dirancang sebelum pertandingan dimulai, dan dilakukan pada saat pertandingan. Pada mental sangat berpengaruh kepada atlet itu sendiri. Atlet yang memiliki ketahanan mental yang baik mampu menghadapi segala yang terjadi pada saat pertandingan, penguasaan diri pada saat bertanding, percaya diri dan konsentrasi. Ketahanan mental juga diperlukan terutama pertandingan yang memungkinkan kalah pada saat /bertanding sehingga atlet mampu kembali memaksimalkan performanya.

Pada aspek fisik sebagai dasar prestasi dalam olahraga seperti daya tahan otot, kekuatan otot, kelentukan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi adalah unsur-unsur yang di butuhkan dalam sebagian cabang olahraga termasuk olahraga gulat. Kualitas fisik dalam gulat menggambarkan kemampuan kerja dari komponen fisik yang biasa disebut dengan kebugaran jasmani. Kebugaran jasmani adalah kecocokan keadaan fisik terhadap tugas yang harus dilaksanakan oleh fisik atau untuk dapat melaksanakan tugas tertentu dengan baik. Menurut Rusli Lutan (2000:65) komponen biomotorik yang dominan untuk olahraga gulat itu sendiri atas beberapa komponen yaitu *strength* (kekuatan), *Speed* (kecepatan), *endurance* (daya tahan) Rusli Lutan (2000:65).

Dalam olahraga gulat terdapat dua gaya yang dipertandingkan serta mempunyai peraturan berbeda kedua gaya tersebut yaitu gaya bebas (*freestyle*) dan gaya *Greco-roman* (*romawi-yunani*). Perbedaan kedua gaya ini terletak pada daerah yang boleh diserang, dan anggota tubuh yang digunakan baik melakukan serangan maupun bertahan.

Teknik dasar gulat adalah teknik dasar yang harus dikuasai atlet gulat yang merupakan modal utama untuk meraih prestasi atlet gulat yang berambisi untuk berprestasi harus menguasai teknik gulat. Teknik gulat secara garis besar dibagi menjadi teknik jatuhan, teknik bantingan, teknik serangan, teknik bertahan. Seorang pegulat untuk mampu melakukan teknik-teknik tersebut dengan baik dan efektif harus memiliki kondisi fisik tersebut dengan baik. Salah satu teknik dalam olahraga gulat yang cukup peluangnya bagi pegulat yaitu teknik bantingan, karena jika seorang pegulat berhasil melakukan teknik bantingan dalam suatu pertandingan maka seorang pegulat akan dengan mudah mengungguli lawannya dengan poin/nilai tinggi.

Dalam olahraga gulat ada beberapa jenis teknik bantingan antara lain: bantingan lengan, bantingan leher, bantingan pinggang, banting kayang (jublish). Dari jenis bantingan tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap teknik bantingan kayang (jublish) pada atlet gulat junior putra Kota Padang, karena banting kayang (jublish) merupakan teknik bantingan yang nilai angka paling tinggi. Setelah potensi atau bakat diketahui baru para pelatih dapat membentuk kondisi fisik atlet melalui latihan yang disesuaikan dengan kemampuan individunya.

Untuk mencapai suatu gerakan bantingan kayang (jublish) yang baik dan sempurna banyak faktor yang mempengaruhi yakni, faktor kondisi fisik, teknik taktik, dan strategi serta kemampuan mental yang dimiliki seorang pegulat. Teknik banting kayang (jublish) dapat saja terjadi sewaktu-waktu baik itu pada saat latihan maupun saat pertandingan. Oleh karena itu, seorang pegulat harus bisa melakukan teknik bantingan kayang (jublish), karena teknik bantingan ini memiliki nilai/poin yang paling tinggi dari teknik-teknik bantingan lainnya pada

cabang olahraga gulat. Untuk memperoleh hasil bantingan kayang (jublish) yang maksimal maka pegulat harus melakukan bantingan kayang (jublish) dengan baik dan sempurna.

Pada prestasinya atlet gulat kota Padang pernah mengantongi juara umum berturut-turut, pada tahun 2014 ajang pekan olahraga provinsi (porprov) pegulat Kota Padang meraih 12 medali emas, 6 medali perak dan 12 medali perunggu. Pada porprov 2016 pegulat Kota Padang meraih 12 medali emas, 4 medali perak dan 9 medali perunggu. Dan pada porprov 2018 pegulat Kota Padang meraih 12 medali emas, 4 medali perak dan 11 medali perunggu.

Dilihat dari pengamat peneliti dan informasi pelatih dalam latihan dan pertandingan pada ajang porprov di Padang Pariaman tahun 2018 kemampuan atlet gulat junior putra Kota Padang untuk banting kayang sangat kurang. Diduga karena berhubungannya dengan kelentukan pinggang, kekuatan otot punggung, kekuatan tungkai, koordinasi gerak, dan daya ledak para atlet. Dalam olahraga gulat banting kayang sangat penting dilakukan untuk mendapatkan poin/nilai tinggi dan mengalahkan lawan dengan kemenangan yang mutlak.

Banting kayang yang sempurna merupakan serangan yang menghasilkan nilai 5 (lima), hal ini dapat terjadi apabila dilakukan dengan teknik yang tepat dan sempurna dengan membutuhkan energi serta kelentukkan yang baik. Di samping itu dalam melakukan banting kayang harus dilakukan dengan cepat sehingga lawan tidak dapat mengonter atau menghindari diri dari bantingan.

Banting kayang merupakan suatu teknik yang membutuhkan kelentukan, kecepatan reaksi, keseimbangan, koordinasi gerakan, kekuatan tungkai, dan kekuatan otot lengan. Seorang pegulat yang tidak memiliki kelentukan, kecepatan reaksi, keseimbangan, koordinasi gerakan, kekuatan tungkai dan kekuatan otot

lengan, tidak menghasilkan bantingan banting kayang dengan kualitas yang baik, tetapi apabila seorang pegulat mempunyai kelentukan, kecepatan reaksi, keseimbangan. Koordinasi gerakan, kekuatan tungkai dan kekuatan otot lengan yang baik cenderung menghasilkan bantingan kayang yang sempurna.

Dalam olahraga gulat membanting kayang sangat menguntungkan para pegulat untuk mendapatkan nilai atau mengalahkan lawan-lawannya. Para atlet yang sudah mengikuti latihan dengan jangka waktu yang relatif cukup lama pun, masih memiliki kemampuan membanting yang tidak baik. Mungkin disebabkan kelentukan, kecepatan reaksi, keseimbangan, koordinasi gerakan, kekuatan tungkai dan kekuatan otot lengan yang masih kurang.

Dalam olahraga gulat, tungkai juga berpengaruh terhadap kemampuan atau hasil bantingan, karena fungsinya adalah sebagai penopang tubuh. Selain sebagai penopang tubuh tungkai berfungsi juga sebagai tenaga pendorong awal dan pada saat pegulat melakukan gerakan mengangkat dan membanting. Untuk bisa melakukan banting kayang atlet juga di pengaruhi beberapa faktor yaitu kelentukkan, kekuatan otot punggung, kekuatan tungkai, kecepatan reaksi, koordinasi gerakan, dan daya ledak atau power.

Berdasarkan uraian di atas tentang peranan kekuatan tungkai dan kelentukkan pinggang terhadap banting kayang dalam olahraga gulat, penulis tertarik untuk meneliti teknik banting kayang tentang kemungkinan adanya hubungan antara kekuatan tungkai dan kelentukkan pinggang dengan teknik banting kayang, dengan menyusun penelitian dengan judul: “ Hubungan Kekuatan Tungkai dan Kelentukkan Pinggang Terhadap Kemampuan Bnating kayang Atlet Gulat Junior Putra Kota Padang “.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan banting kayang seorang pegulat, faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut dapat didefinisikan sebagai berikut :

1. Kondisi fisik
 - a) Kekuatan tungkai.
 - b) Kelentukan pinggang.
 - c) Kekuatan otot lengan.
 - d) Koordinasi gerakan.
 - e) Daya ledak.
2. Teknik
3. Taktik
4. Mental

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang ada, maka peneliti hanya akan menyelidiki hubungan kekuatan tungkai dan kelentukan pinggang terhadap kemampuan banting kayang atlet junior putra Kota Padang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara kekuatan tungkai terhadap kemampuan banting kayang pada atlet gulat junior putra Kota Padang.
2. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara kelentukan pinggang terhadap kemampuan banting kayang atlet gulat junior putra Kota Padang.

3. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara kekuatan tungkai dan kelentukan pinggang terhadap kemampuan banting kayang atlet gulat junior putra Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk melihat hubungan kekuatan tungkai terhadap kemampuan banting kayang atlet gulat junior putra Kota Padang.
2. Untuk melihat hubungan kelentukan pinggang terhadap kemampuan banting kayang atlet gulat junior putra Kota Padang.
3. Untuk melihat hubungan kekuatan tungkai dan kelentukan pinggang terhadap kemampuan banting kayang atlet gulat junior putra Kota Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan berguna bagi :

1. Sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk memperoleh Gelar Sarjana (S1) Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
2. Pelatih, sebagai bahan mengembangkan kemampuan atletnya dalam upaya meningkatkan kemampuan banting kayang.
3. Atlet, sebagai bahan pengetahuan kemampuan banting kayang.
4. Pengembangan ilmu pengetahuan dan penelitian selanjutnya.
5. Mahasiswa, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.