KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN SAMPING ATLET PENCAK SILAT KUCIANG PUTIAH HARIMAU CAMPO PADANG PANJANG

SKRIPSI

Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepelatihan
sebagai salah satu persyaratan
Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

OLEH

FATHURRAHMAN HAFID
NIM: 56128

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2014

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Tendangan Samping Atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang**

Nama	: Fathurrahman Hafid
NIM / BP	: 56128 / 2010
Program Studi	: PendidikanKepelatihanOlahraga
Jurusan	: Kepelatihan
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2014

Disetujui Oleh

Pembimbing I

Drs. Maidarman, M.pd
NIP. 196005071985031004

Pembimbing II

Drs. Zulman, M.Pd
NIP. 19581216 198403 1002

Mengetahui
Ketua Jurusan Kepelatihan

Drs. Maidarman, M. Pd
NIP.196005071985031004

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

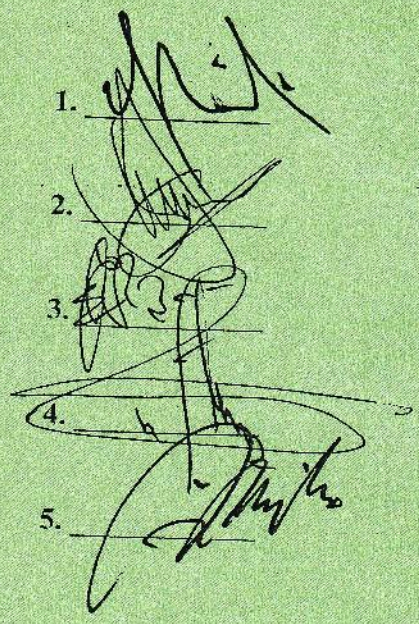
Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan
Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul	:	Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Tendangan Samping Atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang
Nama	:	Fathurrahman Hafid
NIM	:	56128
Program Studi	:	Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan	:	Kepelatihan
Fakultas	:	Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2014

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Maidarman, M.Pd	1.
2. Sekretaris	Drs. H. Zulman, M.Pd	2.
3. Anggota	Prof. Dr. Eri Barlian, M.Si	3.
4. Anggota	Drs. Abu Bakar	4.
5. Anggota	Drs. Hermanzoni, M.Pd	5.



SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Juli 2014

Yang menyatakan,

Fathurrahman Hafid

PERSEMBAHANKU

"Allah akan mengangkat(derajat) orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat.Dan Allah maha teliti apa yang kamu kerjakan". (Q.S Almujadilah:11)

Ya Allah Ya Rabb

Alhamdulillah, segala puji hanya untuk-Mu

Hanya kepada-Mu aku bersujud dan memohon,

Ya Allah Ya Rabb,

Disaat karyaku ini telah terwujud, saat harapan mulai menyapa,

Ku mohon ridhoi aku untuk menggapai cita-cita sebagai jembatan dalam perjalananku untuk bekal di masa depan

Tunjukilah aku jalan yang lurus dalam kehidupan dunia yang fana ini

Tunjuki aku jalan mana yang harus ku tempuh dan harus ku lalui,

Ya Allah,

Sukseskanlah hamba semuda mungkin agar bisa membahagiakan kedua orang tua hamba, dan orang-orang yang hamba sayangi

Aku persembahkan sebuah karya kecil ini kepada:

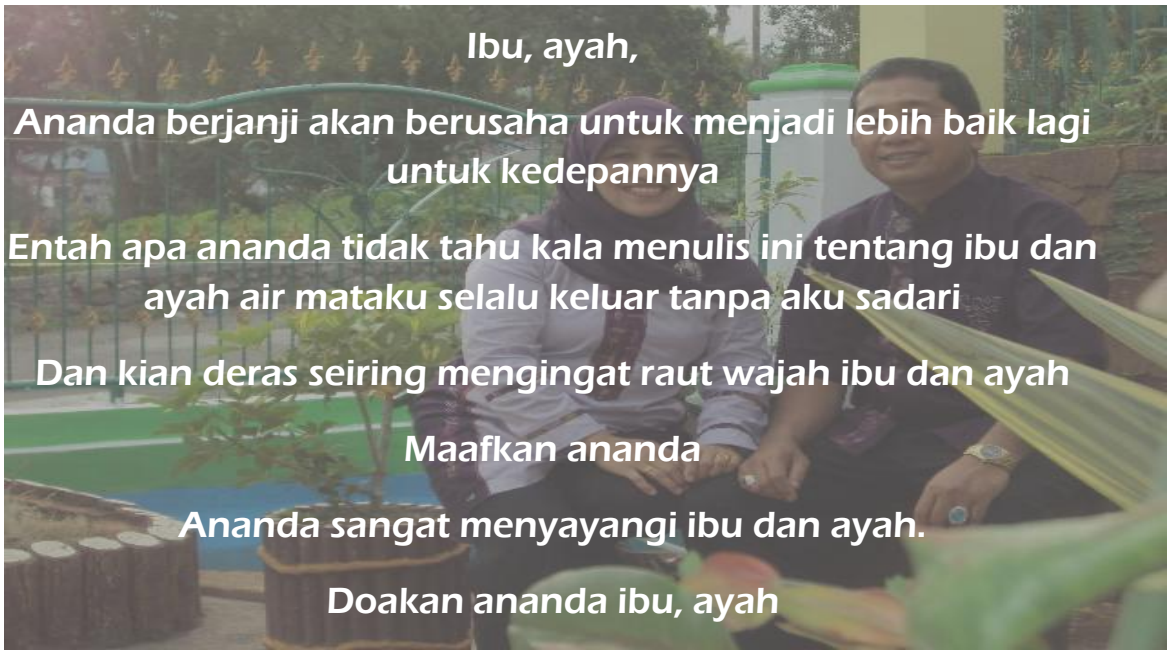
Ibuku Dra.Hafni HR, dan Ayahku Drs.Firdaus,M.Pd yang sangat sangat sangat aku cintai, aku sayangi dan aku hormati.

Terimakasih atas semua kasih sayang yang telah ibu dan ayah berikan kepada ananda selama ini

Meskipun belum bisa membuat ibu dan ayah bangga,

Semoga sebuah karya kecil ini bisa membuat ibu dan ayah sedikit tersenyum

Maafkan ananda selama ini hanya menyusahkan ibu dan ayah



Terimakasih kepada seluruh Dosen FIK UNP,

Terimakasih kepada bapak Drs.Maidarman,M.Pd yang telah bersedia menjadi pembimbig saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Makasih banyak pak,,

Terimakasih kepada bapak Drs.H.Zulman,M.Pd yang telah bersedia menjadi pembimbing, memberikan arahan, serta solusi dan nasehat. Terimakasih atas ilmu yang bapak berikan,mulai dari mata kuliah pencaksilat dasar, pendalaman, spesialisasi, maupun saat praktek melatih.

Terimakasih kepada dosen penguji

Bapak Prof.Dr.Eri Barlian,MSi . menurut saya bapak dosen yang keren dan sangat sibuk..saya terinspirasi dengan bapak sang Profesor muda.

Bapak Drs. Abu Bakar. Terimakasih pak atas kritikan dan masukan yang bapak berikan sehingga skripsi ini bisa menjadi lebih baik. Dan terimakasih telah bersedia menjadi penguji untuk ujian skripsi saya pak, saya sangat berterimakasih pada bapak

Bapak Drs.Hermanzoni,M.Pd . terimakasih pak atas masukan yang bapak berikan. Ternyata bapak orang nya baik, sebelumnya jujur dari awal masuk kuliah saya takut melihat bapak dengan suara bapak yang begitu menggelegar :D

Semoga jasa-jasa yang bapak-bapak semua berikan dibalas oleh Allah SWT.

Amin...

Terimakasih kepada Pak Uo Adirozal dan bundo, smoga sukses selalu dan semoga menjadi Bupati yang baik bagi masyarakat Kerinci

Terimakasih ku ucapkan kepada kakakku yang paling manis Felza Hafid, SE

Wisuda juo adiak kakak ko..haha

Biarpun ndak tamat 3,5 tahun mode kakak,tapi 4tahun ko normal mah kak :D

Untuak adiak-adiak, rajin-rajin baraja,,, solat jan tingga, terutama untuk adekku Ezi yang paling cantik dibanding adik laki-laki ku ..haha

Fadhel, fauzan, valen, echa,vanya, gilang, gita, Han, Khairul, mifta,muftia,mawaddah,mahfud,rizal,padlil,pandi,parul,ipit,riga,riska,.. ndeh banyak laeee.. :D

Terimakasih kepada mak etek atas motivasi, nasihat nya..nte Dela dulu Fan wisuda pado ante..hahaha :D

Terimakasih kepada keluarga besar Dharmasraya yang sangat banyak dan sulit disebut satu persatu...makasih pada Nenek(Almh), terimakasih kepada ama dai,apa dai, pak etek, Bu hasna, Pak guru,ante Puji,Tek Nora,pak etek juanda,Tek Yus,nte Hesti,pak etek Hamdan,tek upiak, pak lek Mur, nte yas,bu parida,angku, da Yi, kak ipa,bg wira,kak rila,roza,dkk..

Terimakasih kepada keluarga besar Sijunjung, Pekanbaru, Pesisir Selatan

Makasih pada Te pi,om ujang,Te Na, om milus,mak dang(alm),nte da, mak epo,mak fizon,nek onga,ayek,tek upiak,pak etek,nte len, mak UO, makasih semuanya...

Terimakasih Kepada Keluarga Besar Perguruan Pencaksilat Kuciang Putiah Harimau Campo Padangpanjang

Terimakasih pada Guru besar Suhu Dapit Rajo Gampo Alam, terimakasih pada ibuk Hartati Haryati, terimakasih pada pak datuak, terimakasih pada bang Bram, Da Riki, Buyuang..bg dewa pidol,, semoga sukses selalu dan dilindungi Allah...

Makasih buat Senior KPHC, dan pada adek2 KPHC, Muthy,Hasih,Bule,Imih,beben,uji,pandia,pukang,yuda,viona,in,fahri,rozi dan masih banyak lagi..tingkatkan prestasinya y adek2..kalau abang ko alah tuo, lutuik alah guyah, pinggang badaruak, caliak-caliak di tapi galanggang se laii..hahaha.... :D

Terimakasih pada kontingen porprov Dharmasraya,

Thanks for keluarga besar Kepel 2010

Makasih kak nanda cenyowww atas semua nya :D..Makasih Gande SIHI :D Makasi BuSucchh-i, :D

Makasih kak
velin,dedet,boy,mutia,ica,budi,wasit,comer,kori,candra,ardi,sukron,padli,pak tis,bendra, dll...

and kawan2.. jade,toge,beny,mayia,bayer,gabe,pencet,uul,yuni,soechii,nipani,serta kawan2 futsal chelsea..

Thanks for anak2 kost..warga gelatik 69,61,62..bg nico,bgcibi,bgrizki,kojak, cibob,adi,andreas,arip,Tambaro, angkus, ni era,darudi,dhika, bg sulaiman a senirupa, Mas Bro Edo(aaassiiikkk)...ehsan, pun, t k mak goreng, uni n uda kadai tiga sapi nte liza,kak ririn, makasiiiii... :D

Terimakasih pada guru Smanda papa, buk Lis, Pak Swandi,buk Ernawati,buk mifta,bu lance, buk Ema, bu rosneli warna warni serta rekan2 PL dan

Special for myEchi Stevani,

Terimakasih atas semuanya,motivasi, perhatian, pengertian,kesabaran, telah mendampingi dalam suka maupun duka, ☺

sukses buat ke depannya, semoga cita-cita dan impian tercapai...semangatt myadiak....

Terimakasih saya ucapkan kepada semua nya...

"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari satu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain) dan hanya kepada Tuhan-mulah kamu seharusnya berharap". (Q.S. Al-insyirah 6-8)

Fathurrahman Hafid, S.Pd

ABSTRAK

Fathurrahman Hafid: Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan kelincahan Terhadap Kemampuan Tendangan Samping Atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang

Masalah dalam penelitian ini adalah kurang maksimalnya kemampuan tendangan samping atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padangpanjang, diduga masalah ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya daya ledak otot tungkai dan kelincahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan tendangan samping atlet Pencak Silat di Perguruan Kuciang Putiah Harimau Campo Padangpanjang.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Kuciang Putiah Harimau Campo Padangpanjang yang berusia 15- 20 tahun yang berjumlah 27 orang dan yang menjadi sampel ditetapkan dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 20 orang atlet laki- laki saja. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan tes daya ledak otot tungkai (*standing board jump*), tes kelincahan *(suttle run)* dan tes kemampuan tendangan samping. Hasil data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi ganda dengan tarag signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian adalah sebagai berikut:1. Terdapatnya konstribusi daya ledak otot tungkai sebesar 80% terhadap tendangan samping.2. Terdapatnya konstribusi kelincahan sebesar 13% terhadap tendangan samping. 3. Terdapatnya konstribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama sebesar 93% terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padangpanjang.

KATA PENGANTAR

Al-hamdulillahirabbil‘alamin segala puji sedalam syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Kotribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan terhadap Kemampuan Tendangan Samping Atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang”**. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mendapatkan bantuan yang tak terhingga, berupa dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan serta para Pembantu Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan sumbangsih dalam pembinaan kemahasiswaan.
2. Bapak Drs.Maidarman,M.Pd selaku ketua jurusan kepelatihan dan pembimbing I
3. Bapak Drs.H. Zulman, M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dorongan, motivasi, sumbangan pemikiran, pengarahan yang sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Para Dosen Penguji Bapak Prof.Dr.Eri Barlian,M.Si , Bapak Drs.Abu Bakar, Bapak Drs.Hermanzoni,M.Pd yang telah memberikan nasehat, saran, masukan, arahan dan koreksi dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Para Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan khususnya Jurusan Kepelatihan yang telah mengajarkan berbagai bidang ilmu terutama ilmu dibidang kepelatihan olahraga.
6. Para Staf Ketatausahaan Jurusan Kepelatihan yang telah membantu dalam memudahkan pengurusan administrasi dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Teristimewa kedua orang tuaku, Ayahanda Firdaus,dan ibunda Hafni,serta kakak, adik,dan seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan kepada penulis.
8. Para sahabat, rekan-rekan kepelatihan khususnya angkatan 2010 yang sama-sama berjuang dalam menggapai cita-cita.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan keberkahan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini dan sebagai keterbatasan, penulis memohon maaf atas segala kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini. Semoga skripsi ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Padang, Juli 2014

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK i

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI iv

DAFTAR TABEL vii

DAFTAR GAMBAR viii

DAFTAR LAMPIRAN ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 5

C. Pembatasan Masalah 6

D. Perumusan Masalah 6

E. Tujuan Penelitian 7

F. Manfaat Penelitian 7

BAB II. KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Landasan Teori 8

1. Pencak Silat 8

2. Daya ledak otot tungkai 9

3. Tendangan samping 11

B. Kerangka Konseptual 14

C. Hipotesis 16

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian..... 18

B. Tempat dan Waktu Penelitian 18

C. Populasi dan Sampel 18

D. Jenis dan Sumber Data..... . 19

E. Definisi Operasional..... 20

F. Teknik Pengumpulan Data..... 21

G. Instrumen Penelitian..... 22

1. Tes daya ledak otot tungkai..... 22

2. Tes kelincahan..... 24

3. Tes kemampuan tendangan samping 25

H. Teknik Analisis Data..... 27

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskriptif data 29

B. Teknik analisis data 32

1. Uji Normalitas 32

2. Pengujian hipotesis 33

C. Pembahasan 37

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan..... 41

B. Saran 41

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DOKUMENTASI

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Tabel 1 : Populasi penelitian 19
2. Tabel 2 : Tim pengumpul data 22
3. Tabel 3 : Norma Tes *Standing board jump* 23
4. Tabel 4 : Norma Tes *Suttle run* 25
5. Tabel 5 : Norma Tes Tendangan samping.....27
6. Tabel 6 : Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot tungkai (X_1).....29
7. Tabel 7 : Distribusi Frekuensi Kelincahan (X_2) 30
8. Tabel 8 : Distribusi Frekuensi Tendangan samping (Y) 31
9. Tabel 9 : Rangkuman uji normalitas data dengan uji *lilifors* 32
10. Tabel 10 : Rangkuman Hasil analisis korelasi product moment X_1 - Y 33
11. Tabel 11 : Rangkuman Hasil analisis korelasi product moment X_2 - Y 34
12. Tabel 12 : Rangkuman Hasil analisis korelasi product moment $X_{1,}X_2$ - Y.....35

DAFTAR GAMBAR

Lampiran Halaman

1. Gambar 1 : Tendangan Samping..... 13
2. Gambar 2 : Tes *standing board jump*..... 25
3. Gambar 3 : Tes *Shuttle run* 24
4. Gambar 4 : Tes tendangan samping 26
5. Gambar 5 : Histogram daya ledak otot tungkai (X_1) 30
6. Gambar 6 : Histogram kelincahan (X_2) 30
7. Gambar 7 : Histogram tendangan samping (Y) 31

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Lampiran 1 : Data Lengkap Hasil Tes.....44
2. Lampiran 2 : Tabel Pesiapan Penghitungan Data 45
3. Lampiran 3 : Uji Normalitas Variabel X_1 46
4. Lampiran 4 : Uji Normalitas Variabel X_2 47
5. Lampiran 5 : Uji Normalitas Variabel Y.....48
6. Lampiran 6 : T score 49
7. Lampiran 7 : Perhitungan korelasi product moment 50
8. Lampiran 8 : korelasi ganda metode dollitle 52
9. Lampiran 9 : Daftar nilai kritis L uji liliefors.....55
10. Surat izin penelitian Fakultas Ilmu Keolahragaan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari sarana dalam mencapai sebuah prestasi. Sebagaimana yang tertulis dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor: 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pada BAB II pasal 4 bahwa:

> Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, spo rtifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkukuh ketahanan nasional,serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa. (2005:6)

Dari kutipan di atas jelaslah bahwa untuk mencapai suatu prestasi dibutuhkan sarana yang tepat. Dan olahraga sejauh ini adalah salah satu sarana yang bisa memfasilitasi akan hal tersebut. Olahraga yang dilakukan oleh masyarakat tidak hanya bertujuan untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang prestasi.

Olahraga juga berkaitan erat dengan berbagai bidang, misalnya ekonomi, sosial dan politik serta juga dapat diandalkan untuk mengharumkan nama bangsa dan menaikkan harkat martabat bangsa indonesia di internasional salah satunya adalah olahraga pencak silat.

Menurut Suwirman (2011:15) “Pencak Silat merupakan salah satu jenis olahraga beladiri warisan nenek moyang bangsa Indonesia yang telah menjadi kebudayaan Nasional”. Pada zaman kerajaan- kerajaan di Indonesia, Pencak Silat merupakan keterampilan yang paling diandalkan untuk mempertahankan dan memperluas daerah kerajaan. Kemudian Pencak Silat pada zaman penjajah digunakan sebagai bekal bagi para pejuang untuk melakukan perlawanan kepada para penjajah baik pada masa penjajahan Belanda maupun masa penjajahan Jepang.

Seiring dengan perkembangan zaman, Pencak Silat merupakan salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan baik ditingkat daerah, nasional maupun internasional. Cabang olahraga Pencak Silat mempertandingkan beberapa kategori yaitu, kategori laga, kategori seni (tunggal, ganda,dan regu). Dimana setiap penilaian berbeda-beda. Dalam kesempatan ini penulis mencoba melihat kategori laga yang dipertandingkan pada cabang olahraga pencak silat. Olahraga pencak silat dibina melalui wadah Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) sebagai induk organisasi.

Pencak silat telah mengalami kemajuan dan peningkatan yang membanggakan. Hal ini bisa dilihat dari banyaknya perguruan-perguruan pencak silat yang membina dan mengembangkan prestasi. Salah satu perguruan yang ikut membina dan mengembangkan prestasi pencak silat ini adalah perguruan pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo (KPHC) Padang panjang. Perguruan pencak silat KPHC Padangpanjang telah banyak mengirim atlet ke setiap kejuaraan, baik daerah, provinsi, maupun nasional.

Untuk meraih prestasi terbaik dalam olahraga pencak silat dibutuhkan pembinaan yang spesifik dan pengembangan secara sistematis, berjenjang dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi yang didukung ilmu pengetahuan dan teknologi. Pencak silat itu sendiri harus ditunjang oleh komponen-komponen prestasi seperti yang dikemukakan oleh Syafrudin (2011: 76) "kemampuan seseorang atau atlet dalam suatu pertandingan atau kompetisi pada dasarnya ditentukan oleh empat faktor yaitu; (1) kondisi fisik, (2) teknik, (3) taktik, dan (4) factor mental (psikis)." Untuk meraih prestasi puncak, keempat faktor tersebut harus menyatu dalam suatu bingkai *(frame)* yang dikenal dengan prestasi olahraga *(sport performance)*. Dalam menerapkan dan merealisasikan komponen teknik, taktik, dan mental yang dimiliki atlet harus didukung oleh kondisi fisik yang baik, dan prima.

Dalam olahraga pencak silat, pada kategori tanding/laga bentuk permainannya *full body contact* dengan kualitas kekuatan *(strength*), kecepatan *(speed),* kelincahan *(agility),* kelentukan *(flexibility),* daya tahan *(endurance),* daya ledak otot, koordinasi, keseimbangan, dan reaksi yang terjaga selama bertanding dimana terjadinya serangan dan pembelaan.

Berdasarkan pengamatan penulis, ketika melihat kejuaraan dan saat mengikuti latihan pencak silat di perguruan KPHC Padangpanjang ,diduga pada saat bermain pesilat merasa kesulitan melakukan serangan dengan menggunakan teknik tendangan samping dan kurang tepat pada sasaran, sehingga susah untuk mendapatka nilai / point.

Menurut johansyah Lubuis (2004: 28) “ Tendangan samping yaitu serangan yang menggunakan sebelah kaki atau tungkai, lintasannya lurus ke depan dan kenaannya pada tumit, telapak kaki dan sisi luar telapak kaki, posisi lurus, biasanya digunakan untuk serangan samping, dengan sasaran seluruh bagian tubuh”.

Untuk memperoleh tendangan samping yang baik ditentukan oleh beberapa faktor seperti daya ledak otot tungkai, kelincahan, taktik, teknik, dan program latihan. Daya ledak otot tungkai sangatlah berperan terhadap kualitas tendangan samping karena tendangan samping haruslah bertenaga dan tidak asal-asalan. Sedangkan kelincahan berguna untuk menciptakan suatu peluang untuk melakukan tendangan. Jika tidak ada kelincahan maka akan sulit untuk melakukan serangan maupun pembelaan. Dalam pertandingan,teknik tendangan samping sangatlah berperan dalam situasi bertahan maupun menyerang. Namun kenyataan di lapangan saat bertanding pesilat tidak mampu melakukan teknik tendangan samping secara maksimal. Hal ini terbukti ketika pesilat melakukan tendangan samping sering kali tidak tepat sasaran.

Berdasarkan permasalahan diatas dan fenomena di lapangan, penulis berkeinginan untuk meneliti tentang “kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo padang panjang.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, dapat diidentifikasi ruang lingkup masalah, bahwa banyak sekali faktor yang mempengaruhi tendangan samping diantaranya ialah sebagai berikut :

1. Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang
2. Kontribusi kelincahan terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang
3. Kontribusi taktik terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang
4. Kontribusi teknik terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang
5. Kontribusi program latihan terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang.
6. Kontribusi mental terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang
7. Kontribusi kualitas pelatih terhadap tendangan samping atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dikemukakan pada identifikasi masalah di atas dan tidak mungkin semuanya akan diteliti secara bersama karena keterbatasan waktu, biaya dan tenaga serta kemampuan yang peneliti miliki. Oleh sebab itu penelitian ini hanya dibatasi pada daya ledak otot tungkai dan kelincahan sebagai variabel bebas dan kemampuan tendangan samping sebagai variabel terikat pada atlet pencak silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka penulis merumuskan masalah penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan samping pada atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang ?
2. Bagaimana kontribusi kelincahan terhadap kemampuan tendangan samping pada atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang ?
3. Bagaimana kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan tendangan samping pada atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan samping atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang.
2. Untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap kemampuan tendangan samping atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang.
3. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan tendangan samping atlet Pencak Silat Kuciang Putiah Harimau Campo Padang Panjang.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat hasil penelitian ini sebagai:

1. Salah satu syarat penyelesaian studi dan untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Salah satu pemikiran dan perbandingan bagi pelatih dalam melatih Pesilatnya.
3. Pedoman bagi atlet bahwa berlatih mutlak dengan dasar- dasar ilmu secara ilmiah dalam pencapaian suatu prestasi.
4. Bahan referensi tambahan bagi mahasiswa FIK UNP dalam penulisan karya ilmiah.