

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN
TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN LURUS ATLET PENCAK
SILAT MINANG SAKTI KECAMATAN PAYAKUMBUH UTARA
KOTA PAYAKUMBUH**

SKRIPSI

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



Oleh :
RITA SYOFIA
NIM 06807

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

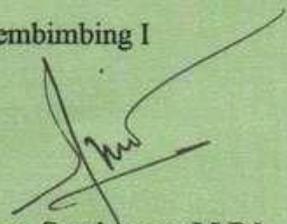
**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN
TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN LURUS ATLET PENCAK
SILAT MINANG SAKTI KECAMATAN PAYAKUMBUH UTARA
KOTA PAYAKUMBUH**

Nama : RITA SYOFIA
Nim : 2008/06807
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

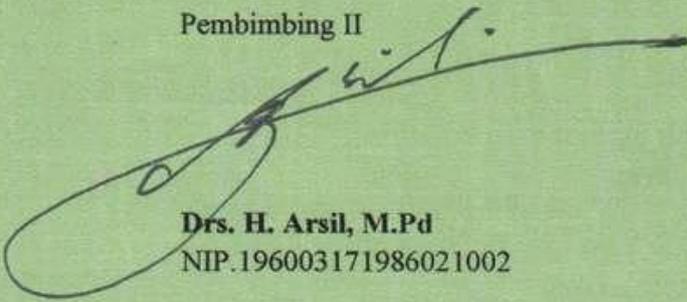
Padang, Mei 2012

Mengetahui,

Pembimbing I

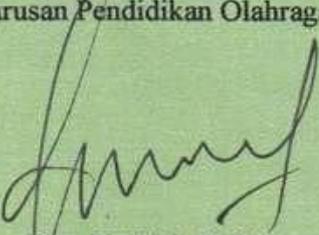

Drs. Suwirman, M.Pd
NIP.196111191986021001

Pembimbing II


Drs. H. Arsil, M.Pd
NIP.196003171986021002

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga


Drs. Yulifri, M.Pd
NIP.195607051985031002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

*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 Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Kemampuan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh

Nama : Rita Syofia

NIM : 06807

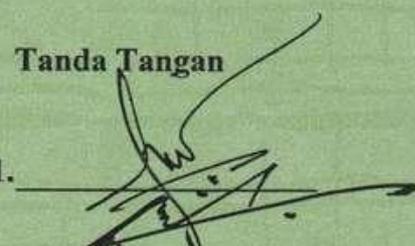
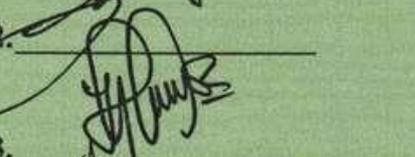
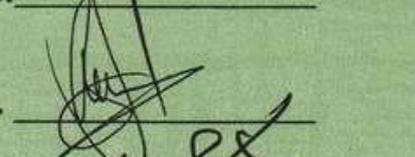
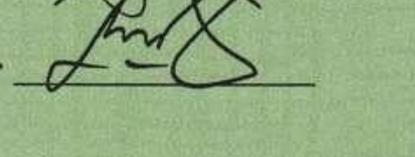
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2012

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Drs. Suwirman, M.Pd	1. 
Sekretaris	: Drs. H. Arsil, M.Pd	2. 
Anggota	: Drs. Zainul Johor, M. Pd	3. 
	Drs. H. Zulman, M.Pd	4. 
	Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO	5. 

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Tidaklah kamu perhatikan bagaimana Allah membuat perumpamaan kalimat Yang baik seperti pohon yang baik akarnya teguh dan cabangnya menjulang ke langit. Pohon itu memberikan buahnya pada setiap musim dengan seizin Tuhannya. Allah membuat perumpamaan-perumpamaan itu untuk manusia supaya mereka selalu ingat (Q.S. Ibrahim 24-25)

Subhanallah...

Betapa nikmatnya karunia yang Kau berikan padaku...

Alhamdulillah...

Kau berikan jiwa pelita dalam hidupku...

Kau terangi jua jalan hidupku...

Kau limpahkan jua Rahmad-Mu kepadaku...

Insya Allah...

Aku akan emban semua kepercayaan yang telah Kau titipkan padaku...

Layang-layang akan naik tinggi bila ia menentang angin, kehidupan akan lebih sukses bila mau menentang kesulitan karna orang-orang yang berhasil bukan karena pandai tapi lebih banyak karena berani. Untuk itu gapailah cita-cita dengan keberanian.

Pengetahuan itu Modal Hartaku

*Akal itu Dasar Agamaku, Kesabaran itu Selendangku, Keyakinan itu Kebanggaanku
Dan Perjuangan itu Budi Pekerti*

Kupersembahkan karya ini

*Untuk kedua orang tuaku, Syahril (apak) dan Syaflidarti (amak),
Tetesan keringat dan do'amu telah mengantarkan aku anakmu untuk melaksanakan
suatu amanahmu.*

*Begitu besar jasa, pengorbanan, pengharapan, dan dukungan
Yang telah Apak dan Amak berikan sehingga
terwujudlah impian ini,*

Sembah sujud dan terimakasihku atas kasih sayangmu.

Terimakasih Pak,

Terimakasih Mak,

Kemudian untuk kakak qu, Masrisal & kel beserta Wirdayati & kel yang selalu mendukungku selama ini, serta buat gaek Tasar, mak uwo Jusma, Mak Ita & kel, Mak Agu & kel, serta pak etek Epi dan juga tek Wili, n Tek Yan "yang belum lama ini baru membina rumah tangga (semoga jadi kel yang Samaroh n cepat dapat momongan ya tek ^_^)" makasih banyak tas segala do'a, partisipasi serta motivasi semangat yang telah diberikan selama ini, Next buat Sista qu Melisa "yang dulu sering menjemputku waktu plang dr pdg yg skrang jga sdg duduk di bangku perkuliahan (jan maleh-maleh kuliah ndk mel:). Dan juga tak lupa buat Ni Len n Pak Sahril, yang telah berjasa dan berpartisipasi sejak awal mulai dari pendaftaran dan masuk perkuliahan. "makasih banyak atas segala partisipasi dan dukungannya selama ini.

Special thank's untuk my sweet heart. Terima kasih yang sangat besar untuk yang tacinto (Yanda Putra S.Pd), kasih sayangmu memang sebesar komet andrawida yang terpancar dan jatuh ke bumi & memancarkan kasih sayang. Semoga dikau selalu menemani langkahku baik bahagia maupun susah, marah, tertawa, senang dan lain-lain.

Buat pembimbingku (Drs. Suwirman, M.Pd dan Drs. H. Arsil, M.Pd) yg slalu memberikan dukungan ny tuk meneruskan penyelesaian skripsi ini serta buat Drs. Zainul Johor, M.Pd, Drs. H. Zulman, M.Pd dan Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO yg membantuku dengan arahan-arahannya yg sangat berguna sekali dalam pembuatan skripsi ini. Thanks ya pak atas semuanya.

The next thanks untuk teman2 seperjuanganku, buat my sob "Dian Afrianti" sob yg paling elok antara kami, semoga diagiah Allah SWT jodoh urang elok ancak dan alim", & Reva tepuik, Om Bes, akhirnya perjuangan qt berhasil, makasih tas informasinya selama ini, sehingga urusan qt semua dapat terselesaikan dengan cepat.. Dan juga buat Abung, Fira ndut, Alex, Safaat, kak Revi, Dilla, Ryan, Kindy, Rolly, Eko, David, Galih, Nico, Ajo, Liza, M. Fudholi, Henri, Yanri, Rahmi, Rani, Roby, Beni, Popalri, kak Lus, Ayu, Yayuk (Aling), Ari, Randy, Nova, Ridho, Kapten, Suratman, Toni, Uci, da Bram, N juga tuk anak-anak koz 18 A dan semua teman-teman Penjas yang namanya tak bisa ku sebutkan semuanya yang tlah nemani hari-hariku selama ku nuntut ilmu di Universitas Negeri Padang nee, yang tlah membantuku pabila qu dlm masalah n kesulitan selama ku kuliah n buat yang slalu menemaniku dalam keadaan apapun dan slalu mengantarkan ku kesana kemari. Thank's buat semua supportnya selama ini. Semoga kita semua slalu sukses baik dalam pekerjaan, asmara, dan bisa meraih semua impian dan keinginan, dan selalu diberikan kesehatan oleh Allah SWT... Amin.

Untuk perguruan pencak silat Minang Sakti, "da Pili" makasih banyak da tas ilmu dan lathannya selama ini, semoga perguruan Minang Sakti akan lebih sukses ke depannya dan memunculkan atlet-atlet yang berbakat & berprestasi... Amin. Dan juga buat Adik, Yono, Riski, Penda, Pendi, Itna, Sajid, Geri, dan anggota yg tak



tersebut namanya terimakasih atas partisipasi dan dukungannya selama ini (rajin-rajin latihannya yo,, ^_^)

Setiap usaha yg dilakukan pasti ada hasil namun hasil tergantung usaha qt sendiri, qt harus mengetahui makna hidup sebenarnya, jgn pernah lupakan Tuhanmu yg telah merahmatimu jalan. Kita akan mengerti untuk apa qt hidup jngan memandang selalu materi itu banyak karena yg paling banyak itu adalah dari Allah.

Semoga Ini...

Akan Membawa Langkahku

Menuju Sukses di Masa Depan

Amin.....

By

Rita Syofianda

ABSTRAK

Rita Syofia 2008/06807 : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh

Penelitian ini berawal dari observasi dan kenyataan di lapangan bahwa ditemukan rendahnya kemampuan tendangan lurus atlet Pencak Silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan daya ledak otot tungkai (X_1) dan keseimbangan (X_2) terhadap hasil kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat perguruan Minang Sakti (Y) sebagai variabel terikat.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet pencak silat perguruan Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh. Pengambilan sampel dilakukan teknik "*purposive sampling*" berjumlah sebanyak 20 orang. Analisa data dilakukan dengan *standing broad jump* untuk melihat daya ledak otot tungkai, tes *stork stand* untuk melihat keseimbangan, dan tes tendangan lurus untuk mengukur hasil tendangan lurus. Data yang diperoleh dianalisis dengan korelasi sederhana dan korelasi ganda.

Berdasarkan analisis data diperoleh: 1) korelasi variabel X_1 dan Y, nilai hitung $t_{hitung} (2,51) > t_{tabel} (1,73)$. Ini membuktikan terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap tendangan lurus, 2) untuk variabel X_2 dan Y, diperoleh nilai $t_{hitung} (3,84) > (1,73)$. Ini membuktikan terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan tendangan lurus, terdapat hipotesis (X_1 , X_2 , dengan Y) diperoleh $F_{hitung} (7,22) > F_{tabel} (3,59)$. Ini berarti bahwa terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap tendangan lurus atlet pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh.

Kata kunci : Daya ledak otot tungkai, Keseimbangan dan Tendangan Lurus

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh”. Skripsi ini ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari semua pembaca demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari dorongan dan bantuan yang diberikan oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala ketulusan dan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Orang tua yang selalu memberikan motivasi baik moril maupun materil serta do'a kepada penulis selama perkuliahan sampai pada penulisan skripsi ini.
2. Prof. Dr. Z. Mawardi Effendi, M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang yang sekaligus sebagai pembimbing II.
4. Drs. Yulifri selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

5. Drs. Suwirman, M.Pd selaku pembimbing I, yang telah memberikan motivasi, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
6. Drs. Zainul Johor, M.Pd , Drs. H. Zulman, M.Pd , Drs. Deswandi, M.Kes, AIFO selaku Tim Penguji, yang telah memberikan masukan dan saran pada penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.

Dan teman- teman yang selalu memberikan motivasi sehingga selesainya skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas jasa serta budi baik pihak-pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, amin.

Padang, Mei 2012

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

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	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori	7
1. Pengertian Pencak Silat	7
2. Tendangan Lurus	10
3. Daya Ledak Otot Tungkai	14
4. Keseimbangan.....	16
B. Kerangka Konseptual.....	19
C. Hipotesis	20

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	21
C. Defenisi Operasional	21
D. Populasi dan Sampel.....	22
E. Jenis dan Sumber Data	23
F. Teknik Pengumpulan Data.....	24
G. Instrumen penelitian	25
H. Teknik Analisis Data	29

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian.....	31
B. Pembahasan.....	41

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	45
B. Saran	45

DAFTAR PUSTAKA	47
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	23
2. Distribusi Frekuensi Variabel Daya Ledak Otot Tungkai	31
3. Distribusi Frekuensi Variabel Keseimbangan	33
4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Tendangan Lurus	35
5. Rangkuman Uji Normalitas Data	36
6. Uji Hipotesis Antara Daya Ledak Otot Tungkai dengan Kemampuan Tendangan Lurus	37
7. Uji Hipotesis Antara Data Keseimbangan dengan Kemampuan Tendangan Lurus	39
8. Uji Hipotesis Antara Data Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan dengan Kemampuan Tendangan Lurus	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik Tendangan Lurus.....	12
2. Kerangka Konseptual	20
3. Tes <i>standing Broad Jump</i>	26
4. Tes <i>Stork Stand</i>	27
5. Tendangan Lurus.....	29
6. Histogram Daya Ledak Otot Tungkai	32
7. Histogram Keseimbangan	34
8. Histogram Tendangan Lurus	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Penelitian.....	49
2. Uji Normalitas Lilliefors Tes Daya Ledak Otot Tungkai	50
3. Uji Normalitas Lilliefors Tes Keseimbangan.....	51
4. Uji Normalitas Variabel Tendangan Lurus (Y)	52
5. Uji Hipotesis $X_1 Y$	53
6. Uji Hipotesis $X_2 Y$	55
7. Uji Hipotesis $X_1 X_2$	57
8. Daftar Luas di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z	59
9. Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	60
10. Tabel Nilai r Product Moment	61
11. Tabel Nilai Distribusi T.....	62
12. Tabel Nilai Distribusi F.....	63
13. Dokumentasi Penelitian.....	66
14. Surat-surat Penelitian	6

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara berkembang dan melaksanakan pembangunan di berbagai bidang, diantaranya yaitu bidang olahraga. Sebagai negara yang melaksanakan pembangunan di berbagai bidang, Indonesia memiliki berbagai macam hasil kebudayaan bangsa yaitu berupa: tari-tarian daerah, musik tradisional, serta adat istiadatnya yang perlu dibina dan ditumbuh kembangkan di kalangan masyarakat dengan penuh tanggung jawab. Untuk mencapai tujuan tersebut pemerintah melaksanakan pembangunan di bidang olahraga kebudayaan yang tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan bidang lain.

Pencak silat merupakan olahraga warisan leluhur bangsa Indonesia, yang berkembang dari berbagai daerah di tanah air sebagai simbol persatuan dan kesatuan dalam cerminan budaya Indonesia yang seutuhnya. Nenek moyang bangsa Indonesia menggunakan pencak silat untuk melindungi dan mempertahankan kehidupannya dari tantangan alam, khususnya untuk menghadapi binatang-binatang buas. Melalui para pendekar, yaitu orang-orang yang menguasai ilmu pembelaan diri, pembelaan diri bangsa Indonesia terus berkembang. Disamping itu pencak silat juga merupakan salah satu cabang olahraga yang saat ini sedang berkembang di percaturan olahraga Indonesia.

Dalam Undang-Undang RI tentang sistem keolahragaan Nasional No.3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 4 menyebutkan bahwa “Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial”.

Berkenaan dengan itu dalam bab II pasal 4 UU RI no. 3 tahun 2005 disebutkan bahwa:

Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.

Pencak silat sebagai olahraga beladiri merupakan satu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan di tingkat daerah, nasional, dan internasional. Cabang olahraga pencak silat dibina melalui wadah IPSI (Ikatan Pencak Silat Indonesia) sebagai induk organisasi telah berupaya sesuai dengan kemampuannya untuk melakukan pembinaan dan pengembangan baik di tingkat daerah maupun nasional.

Di tingkat daerah, terutama di Sumatera Barat cabang olahraga pencak silat ini telah lama berkembang, khususnya di kota Payakumbuh. Hal ini terbukti dengan banyaknya perguruan pencak silat yang ada di kota Payakumbuh, salah satunya yaitu perguruan Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh.

Perguruan Minang Sakti ini merupakan salah satu perguruan pencak silat yang aktif melakukan pembinaan kepada para atletnya yaitu dengan melakukan latihan dan ikut serta dalam pertandingan pencak silat, seperti:

Popda, dan Kejurda. Walaupun demikian, ternyata prestasi atlet Minang Sakti ini belum memuaskan.

Menurut Zimmermann (1982) dalam Syafruddin (2011: 76-77) mengemukakan bahwa “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) faktor mental (psikis). Keempat faktor ini disebut sebagai unsur-unsur prestasi olahraga, karena prestasi yang ditampilkan atau diperagakan oleh atlet baik secara perorangan maupun berkelompok (tim) dalam suatu pertandingan merupakan perpaduan dari kemampuan fisik, teknik, taktik, dan kemampuan mental yang dimiliki atlet tersebut”. Dan dalam buku teknik pencak silat tanding dikatakan bahwa “tanpa didukung oleh kondisi fisik yang baik mustahil seorang pesilat mampu bertanding dan mengeluarkan teknik-teknik pencak silat selama 2 menit x 3 babak”.

Berdasarkan pemantauan peneliti dari fenomena yang terjadi di lapangan dan informasi yang diperoleh dari pelatih pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh sebagian besar memiliki masalah dengan rendahnya kemampuan tendangan atlet terutama tendangan lurus. Hal ini terbukti seringkali atlet melakukan kesalahan dalam melakukan tendangan lurus, diantaranya tendangan yang tidak akurat, tidak terkontrol dengan baik, kurang memiliki kecepatan, dan kekuatan tendangan yang menurun, serta mudahnya tendangan tersebut ditangkap dan dibanting oleh lawan, sehingga tendangan yang dilakukan tidak menghasilkan nilai.

Kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Minang Sakti diduga dipengaruhi oleh komponen kondisi fisik diantaranya: 1) daya tahan, 2) kekuatan, 3) kecepatan, 4) daya ledak, 5) kelentukan, 6) keseimbangan, 7) koordinasi, 8) kelincahan, 9) ketepatan, dan 10) reaksi.

Jika hal ini terus dibiarkan maka prestasi yang diharapkan oleh pelatih pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh akan sulit untuk diraih.

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat melahirkan suatu kesimpulan yang bisa dijadikan langkah antisipatif bagi peningkatan prestasi pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh ke depannya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi ruang lingkup masalah bahwa banyak sekali faktor yang mempengaruhi tendangan lurus, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Daya tahan
2. Kekuatan
3. Kecepatan
4. Daya ledak
5. Kelentukan
6. Keseimbangan
7. Koordinasi
8. Kelincahan
9. Ketepatan
10. Reaksi

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan tendangan lurus serta keterbatasan referensi, dana, waktu dan tenaga yang dimiliki penulis, maka penelitian ini hanya dibatasi pada faktor daya ledak otot tungkai dan keseimbangan yang akan dilihat kontribusinya dengan kemampuan tendangan lurus pada atlet pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh.

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Seberapa besarkah kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan lurus atlet pancak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh?
2. Seberapa besarkah kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh?
3. Seberapa besarkah kontribusi daya ledak otot tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh.
2. Untuk mengetahui kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh.
3. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan tendangan lurus atlet pencak silat Minang Sakti Kecamatan Payakumbuh Utara Kota Payakumbuh.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi berbagai pihak, diantaranya adalah:

1. Bagi penulis, sebagai penambah wawasan dan pengetahuan serta untuk mendapatkan gelar sarjana pada program studi strata satu (S1) jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Padang.
2. Bagi pelatih, sebagai bahan pertimbangan dalam membuat dan memberikan program latihan.
3. Bagi atlet, sebagai pedoman dan acuan untuk lebih meningkatkan daya ledak otot tungkai dan keseimbangan serta meningkatkan kemampuan berbagai teknik tendangan, khususnya tendangan lurus.