



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS SYIAH KUALA
UPT. PERPUSTAKAAN

Jalan T. Nyak Arief, Kampus UNSYIAH, Darussalam – Banda Aceh, Tlp. (0651) 8012380, Kode Pos 23111
Home Page : <http://library.unsyiah.ac.id> Email: helpdesk.lib@unsyiah.ac.id

ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

TITLE

KONTRIBUSI POWER OTOT LENGAN DAN REAKSI LENGAN TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN CEPAT PADA ATLET TARUNG DERAJAT SATLAT UNSYIAH BANDA ACEH TAHUN 2012

ABSTRACT

ABSTRAK

Kata kunci: Power Otot Lengan, Reaksi Lengan dan Kemampuan Pukulan Cepat

Penelitian yang berjudul "Kontribusi Power Otot Lengan dan Reaksi Lengan Terhadap Kemampuan Pukulan Cepat pada Atlet Tarung Derajat Satlat Unsyiah Banda Aceh Tahun 2012". Beladiri tarung derajat merupakan cabang olahraga yang dalam pencapaian prestasinya dipengaruhi oleh komponen kondisi fisik, salah satu komponen fisik yang paling dominan dengan beladiri tarung derajat adalah power otot lengan dan reaksi, dalam penelitian ini difokuskan pada reaksi lengan. Penelitian ini bertujuan: (1) untuk mengetahui hubungan antara power otot lengan terhadap kemampuan pukulan cepat., (2) untuk mengetahui hubungan antara reaksi lengan terhadap kemampuan pukulan cepat, (3) untuk mengetahui hubungan antara power otot lengan dan reaksi lengan terhadap kemampuan pukulan cepat. Metode penelitian yang digunakan adalah diskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet tarung derajat satlat Unsyiah yang berjumlah 25 orang. Mengingat jumlah populasi yang relatif kecil, maka semua anggota populasi dijadikan sampel penelitian (total sampling). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah (1) untuk mengukur power otot lengan dengan tes medicine ball, (2) untuk mengukur tendangan reaksi lengan dengan tes whole body reaction, dan (3) pukulan cepat diukur dengan tes pukulan menggunakan sandsack. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan rumus analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda. Hasil penelitian yang diperoleh adalah sebagai berikut; (1) terdapat hubungan yang signifikan antara power otot lengan dengan kemampuan pukulan cepat ($r = 0,93$), power otot lengan memberi sumbangan sebesar 86,49% terhadap kemampuan pukulan cepat, (2) terdapat hubungan yang signifikan antara reaksi lengan dengan kemampuan pukulan cepat ($r = 0,74$), reaksi lengan memberi sumbangan sebesar 54,76% terhadap kemampuan pukulan cepat, dan (3) terdapat hubungan yang signifikan antara power otot lengan dan reaksi lengan secara bersama-sama dengan kemampuan pukulan cepat ($R = 0,93$). Hal tersebut menunjukkan bahwa 86,49% variasi kemampuan pukulan cepat atlet tarung derajat satlat Unsyiah ditentukan oleh kedua variabel bebas secara bersama-sama.