

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN, POWER TUNGKAI, DENGAN HASIL KEMAMPUAN MERODA PADA SISWA SMP NEGERI 33 KOTA BANDAR LAMPUNG

Oleh :

YOGIANTO

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya pemahaman dan pengetahuan siswa tentang unsur kondisi fisik yang menunjang keberhasilan melakukan gerak meroda, adapun unsur kondisi fisik yang menjadi masalah untuk menunjang keberhasilan ialah kekuatan otot lengan, dan power tungkai. Tujuan penelitian ini adalah : (1) Untuk mengetahui hubungan kekuatan otot lengan dengan kemampuan meroda dan bila ada seberapa besar hubungan tersebut. (2) Untuk mengetahui hubungan power otot tungkai dengan kemampuan meroda dan bila ada seberapa besar hubungan tersebut. (3) Untuk mengetahui hubungan kekuatan otot lengan, dan power otot tungkai dengan kemampuan meroda dan bila ada seberapa besar hubungan tersebut. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan studi korelasional. dengan sampel berjumlah 30 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dengan tes dan pengukuran yang terdiri dari empat variabel yaitu kekuatan otot lengan, keseimbangan, power otot tungkai dan kemampuan meroda, untuk mengukur kekuatan otot lengan dengan *push up*, untuk mengukur, untuk mengukur power otot tungkai dengan *vertical jump test* dan tes kemampuan meroda. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dan analisis regresi tiga prediktor dengan taraf signifikansi 5%. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan: (1) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan meroda,  $r_{hitung} = 0.563 > r_{tabel\ 5\%} = 0.361$ . (2) Ada hubungan yang signifikan antara power otot tungkai dengan kemampuan meroda,  $r_{hitung} = 0.569 > r_{tabel\ 5\%} = 0.361$ . (3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan, keseimbangan dan power otot tungkai dengan kemampuan meroda. Nilai  $F_{hitung} = 9,20 > F_{tabel} = 3,356$

**Kata Kunci** : Hasil Kemampuan Meroda, Kekuatan Otot Lengan, Power Tungkai