

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN OTOT TUNGKAI DENGAN KETERAMPILAN *SMASH* DALAM *BADMINTON* PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI KOTA METRO TAHUN PELAJARAN 2013/2014

OLEH

WILLY BAHTIAR

Penelitian ini bertujuan seberapa besar hubungan antara kekuatan otot lengan dan otot tungkai dengan keterampilan *smash* dalam *badminton* pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri Kota Metro tahun pelajaran 2013/2014.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional. Dengan populasi penelitian yaitu siswa SMPN di Kota Metro yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis sejumlah 30 orang, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 1 dan SMPN 3, dengan jumlah 30 orang yang terdiri dari 15 orang SMPN 1 dan 15 orang SMPN 3. Teknik sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Hasil penelitian menunjukkan kekuatan otot lengan memiliki hubungan sebesar 0,638 dan kontribusi sebesar 40, 66 %. Dan pada kekuatan otot tungkai memiliki hubungan sebesar 0,627 dan kontribusi sebesar 39,31 %.

Hasil kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa ; 1) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan *smash* dalam *badminton*. 2) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan keterampilan *smash* dalam *badminton*. 3) Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dan otot tungkai dengan keterampilan *smash* dalam *badminton* pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri Kota Metro tahun pelajaran 2013/2014

Berdasarkan hasil penelitian, dapat penulis simpulkan bahwa antara ketiga variable penelitian terdapat hubungan yang signifikan.

Kata Kunci : Otot Lengan dan Tungkai, *Smash*, *Badminton*