

## ABSTRAK

### KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN DAN TUNGKAI TERHADAP GERAKAN MERODA PADA SENAM LANTAI DI KELAS VII SMP N 16 LAMBU KIBANG

Oleh

JUANDERI

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap gerakan meroda pada senam lantai di kelas VII SMP N 16 Lambu Kibang.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *Product Moment*. Sampel yang digunakan sebanyak 60 Siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Untuk Teknik pengambilan data tes kekuatan otot lengan menggunakan *push and pull dynamometer*, sedangkan pengambilan data tes kekuatan otot tungkai menggunakan *leg dynamometer* dan teknik pengambilan data gerakan meroda menggunakan awalan gerakan meroda di atas matras. Teknik analisis data dengan menggunakan uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis kemudian diuji dengan teknik analisis kolerasi *product moment* dan diuji signifikan.

Hasil penelitian menunjukkan (1) ada kontribusi kekuatan otot lengan terhadap gerakan meroda  $r \text{ hitung } 0,661 > r \text{ tabel } 2,002$  (2) kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap gerakan meroda  $r \text{ hitung } 0,621 > r \text{ tabel } 2,002$ , (3) kontribusi kekuatan otot lengan dan tungkai terhadap gerakan meroda  $f \text{ hitung } 0,736 > f \text{ tabel } 3,159$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada kontribusi yang signifikan secara bersama-sama antara kekuatan otot lengan dan tungkai terhadap gerakan meroda.

**Kata Kunci :** kekuatan otot lengan, tungkai, gerakan meroda

## **ABSTRACT**

### **THE CONTRIBUTION OF ARM AND LEG MUSCLE STRENGTH TO GROWING MOVEMENTS IN FLOOR GYMNASTICS IN GRADE VII OF SMP 16 LAMBU KIBANG**

*By*

**JUANDERI**

*The purpose of this study was to determine the relationship between arm muscle strength and leg muscle strength to the wheeled movement in floor exercise in class VII SMP N 16 Lambu Kibang.*

*The method used in this research is Product Moment. The sample used was 60 students. Sampling using total sampling technique. For the data collection technique, the arm muscle strength test uses a push and pull dynamometer, while the leg muscle strength test data collection uses a leg dynamometer and the data collection technique uses a wheeled movement prefix on a mat. Data analysis technique using normality test, linearity test, and hypothesis testing then tested with product moment correlation analysis technique and tested significant.*

*The results showed (1) there was a contribution of arm muscle strength to the arithmetic r-table movement of  $0.661 > r$  table 2.002 (2) there was a contribution of leg muscle strength to the arithmetical mobility of  $0.621 > r$  table 2.002, (3) the contribution of arm and leg muscle strength to wheel movement f count  $0.736 > f$  table 3.159 . Thus, it can be concluded that there is a jointly significant contribution between arm and leg muscle strength on wheeling.*

**Keywords:** *arm muscle strength, leg, wheel movement*