

ABSTRAK

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN DAN REAKSI TERHADAP PUKULAN *STRAIGHT* PADA CABANG OLAHRAGA TINJU DI SASANA A 23 BC BANDAR LAMPUNG

OLEH

WIDURI JAIS

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kekuatan otot lengan dan reaksi terhadap pukulan *straight* pada cabang olahraga tinju di Sasana A 23 BC Bandar Lampung, baik secara masing-masing maupun secara bersama-sama. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi dari penelitian ini adalah atlet tinju di sasana A 23 BC Bandar Lampung sebanyak 20 atlet. Adapun dalam penelitian ini cara pengambilan sampel adalah dengan cara total *sampling*. Pengambilan data menggunakan tes dan pengukuran dengan instrumen berupa *push and pull dynamometer* untuk variabel kekuatan otot lengan, *whole body reaction* untuk variabel reaksi, dan tes pukulan *straight* untuk variabel pukulan *straight*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment* melalui uji prasyarat normalitas dan linieritas. Hasil penelitian diperoleh bahwa ada (1) Ada kontribusi antara kekuatan otot lengan terhadap pukulan *straight*, dengan nilai $r_{x1,y} = 0,607 > r_{(0,05)(28)} = 0,374$, dan besarnya kontribusi sebesar 26,9%, (2) Ada kontribusi antara reaksi terhadap pukulan *straight*, dengan nilai $r_{x2,y} = 0,447 > r_{(0,05)(28)} = 0,374$, dan besarnya kontribusi sebesar 20%, (3) Ada kontribusi antara kekuatan otot lengan dan reaksi terhadap pukulan *straight*, dengan nilai $F_{hitung} > F_{tabel} (21,244 > 3,354)$, dan besarnya kontribusi sebesar 61,1%.

Kata Kunci: kekuatan otot lengan, reaksi, pukulan *straight*, tinju.

ABSTRACT

CONTRIBUTION OF ARM MUSCLE STRENGTH AND REACTION TO STRAIGHT PUNCHES IN BOXING SPORTS AT SASANA A 23 BC BANDAR LAMPUNG

By

WIDURI JAIS

This study aims to determine the contribution of arm muscle strength and reaction to straight punches in boxing at Sasana A 23 BC Bandar Lampung, both individually and collectively. This research is correlational research. The population of this study was 20 boxing athletes at the 23 BC Bandar Lampung gym. In this research, the sample collection method was total sampling. Data were collected using tests and measurements with instruments in the form of a push and pull dynamometer for the arm muscle strength variable, whole body reaction for the reaction variable, and the straight punch test for the straight punch variable. The data analysis technique uses product-moment correlation analysis through prerequisite tests for normality and linearity. The research results showed that there was (1) a contribution between arm muscle strength and straight punches, with a value of $r_{x1,y} = 0.607 > r_{(0.05)(28)} = 0.374$, and the contribution amount was 26.9%; (2) there is a contribution between the reaction to a straight punch, with a value of $r_{x2,y} = 0.447 > r_{(0.05)(28)} = 0.374$, and the magnitude of the contribution is 20%; and (3) there is a contribution between arm muscle strength and the reaction to a straight punch, with a calculated $F_{value} > F_{table}$ ($21.244 > 3.354$), and the contribution amount is 61.1%.

Keywords: *arm muscle strength, reaction, straight punches, boxing.*