

ABSTRAK

HUBUNGAN RENTANG LENGAN, PANJANG TUNGKAI, *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KELENTUKAN DENGAN KELINCAHAN *RAIDER* ATLET KABADDI LAMPUNG PON XXI

Oleh

SILVIA CICI SANTRIKA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan rentang lengan, panjang tungkai, *power* otot tungkai, dan kelentukan dengan kelincahan *raider* atlet kabaddi Lampung PON XXI. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasional. Sampel penelitian adalah atlet yang berperan sebagai *raider* tim kabaddi Lampung berjumlah 10 atlet. Instrumen yang digunakan untuk rentang lengan dan panjang tungkai adalah pitameter *antropometri*, *power* otot tungkai menggunakan *standing broad jump*, kelentukan menggunakan *Standing Trunk Flexion*, dan kelincahan *raider* menggunakan modifikasi sesuai dengan pendekatan *raider*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) Ada hubungan yang signifikan antara rentang lengan dengan kelincahan *raider* atlet kabaddi Lampung PON XXI, dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel} = 0,810 > 0,707$. 2) Ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan kelincahan *raider* atlet kabaddi Lampung PON XXI, dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel} = 0,722 > 0,707$. 3) Ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan kelincahan *raider* atlet kabaddi Lampung PON XXI, dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel} = 0,925 > 0,707$. 4) Ada hubungan yang signifikan antara kelentukan dengan kelincahan *raider* atlet kabaddi Lampung PON XXI, dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel} = 0,727 > 0,707$. 5) Ada hubungan yang signifikan antara rentang lengan, panjang tungkai, *power* otot tungkai, dan kelentukan dengan kelincahan *raider* atlet kabaddi Lampung PON XXI, dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel} = 0,956 > 0,707$.

Kata kunci: korelasi, kelincahan, *raider*

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF ARM SPAN, LEG LENGTH, MUSCLE POWER LEGS AND FLEXIBILITY WITH THE AGILITY OF A RAIDER LAMPUNG PON XXI KABADDI ATHLETE

By

SILVIA CICI SANTRIKA

This study aims to determine the relationship between arm span, leg length, leg muscle power and flexibility with the raider agility of Lampung PON XXI kabaddi athletes. The research method used in this research is descriptive correlational. The research sample was 10 athletes who acted as raiders for the Lampung kabaddi team. The instruments used for arm span and leg length were an anthropometric tape measure, leg muscle power using standing broad jump, flexibility using Standing Trunk Flexion, and raider agility using modifications according to the raider approach. The results of the research show that 1) There is a significant relationship between arm span and raider agility in Lampung PON XXI kabaddi athletes, with a calculated r value $> r$ table = $0.810 > 0.707$. 2) There is a significant relationship between leg length and raider agility in Lampung PON XXI kabaddi athletes, with a calculated r value $> r$ table = $0.722 > 0.707$. 3) There is a significant relationship between leg muscle power and raider agility in Lampung PON XXI kabaddi athletes, with a calculated r value $> r$ table = $0.925 > 0.707$. 4) There is a significant relationship between flexibility and raider agility of Lampung PON XXI kabaddi athletes, with a calculated r value $> r$ table = $0.727 > 0.707$. 5) There is a significant relationship between arm span, leg length, leg muscle power and flexibility with the raider agility of Lampung PON XXI kabaddi athletes, with a calculated r value $> r$ table = $0.956 > 0.707$.

Keywords: correlation, agility, raider