

ABSTRAK

Marshanda , 2024. “Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kecepatan Tendangan Sabit Atlet Tapak Suci MTs Muhammadiyah Kota Pekalongan”. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Pembimbing 1 Gilang Nuari P, M. Pd., Dr. M. Riski Adi Wijaya, S.Pd., M.Pd., Pembimbing 2.

Pencak silat merupakan salah satu cabang ilmu bela diri yang saat ini sangat kompetitif dan kontroversial, teknik dasar pencak silat yang perlu dipelajari adalah jurus, postur tubuh, pola langkah, teknik dasar bertahan, menghindari, dan menyerang, bahwa power otot tungkai pada saat melakukan tendangan sabit kurang maksimal dalam menjalani proses latihan, terlihat dari power otot tungkai. Oleh karena itu peneliti bermaksud untuk menganalisis hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan tendangan sabit atlet tapak suci MTs Muhammadiyah Kota Pekalongan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan tendangan sabit atlet tapak suci MTs Muhammadiyah Kota Pekalongan. Jenis atau desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah pada atlet tapak suci MTs Muhammadiyah Kota Pekalongan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet tapak suci MTs Muhammadiyah Kota Pekalongan yang terdiri sebanyak 50 orang. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan maka peneliti menggunakan *Total Sampling*.

Tes dan pengukuran menggunakan tes pengukuran yang peneliti lakukan 1. Daya ledak otot tungkai menggunakan tes *vertical jump* 2. Kecepatan tendangan. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi digunakan untuk membuktikan hipotesis penelitian yang dilakukan. Adapun rumus korelasi *product moment*.

Hasil penelitian yang telah di lakukan, bahwa dengan $r_{hitung} = 0,485$ lebih besar dari $r_{tabel} = 0,273$, ini membuktikan bahwa adanya nilai hubungan yang terdapat dari hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan tendangan sabit dengan nilai $KD = 0,600$.

Setelah dilakukan pengujian hipotesis terhadap nilai table korelasi product moment maka hipotesis alternative (H_a) yang berbunyi “ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kecepatan tendangan sabit atlet tapak suci MTs Muhammadiyah Kota Pekalongan. Dengan demikian penelitian yang peneliti ajukan di terima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan tendangan sabit atlet tapak suci MTs Muhammadiyah Kota Pekalongan sebesar 0,600 dengan kategori sangat kuat.

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan Tendangan Sabit, Pencak Silat