

RINGKASAN SKRIPSI

Dwi Prasetyo, 2015. **Hubungan *Power* Otot Tungkai dan *Power* otot Lengan dengan kemampuan *Jump Smash* pada siswa kelas XII Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Pontianak.** Skripsi, Program Study Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP-PGRI Pontianak.

Pembimbing : Drs. H Siswoyo, M.Pd dan Stephani Yane M.Pd

Masalah umum dalam penelitian ini adalah bagaimanakah hubungan antara *power* otot tungkai dan *power* otot lengan dengan kemampuan pukulan *jump smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak. Adapun sub-sub masalah dalam penelitian ini adalah : 1) Bagaimanakah hubungan *power* otot tungkai dengan pukulan *jump smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak?, 2) Bagaimanakah hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan pukulan *jump smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak?, 3) Bagaimanakah hubungan *power* otot tungkai dan *power* otot lengan dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak?, 4) Bagaimanakah hubungan antara *power* otot tungkai dan *power* otot lengan dengan kemampuan pukulan *jump smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak?

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Adapun yang menjadi variabel bebasnya adalah *power* otot tungkai (X1) dan *power* otot lengan (X2) dan yang menjadi variabel terikatnya adalah kemampuan pukulan *jump smash* (Y)

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dan bentuk penelitian yang digunakan adalah studi hubungan, yakni untuk mencari hubungan antara dua variabel atau lebih.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak yang berjumlah 31 siswa dan dari populasi tersebut diambil sampel yang berjumlah 31 siswa.

Hasil yang diperoleh berdasarkan teknik dan alat pengumpul data yang digunakan yakni tes dan pengukuran dengan teknik analisis data yang dilakukan menggunakan rumus *T-score*, korelasi *product moment*, uji pra syarat, analisa korelasi ganda, uji hipotesis. Dengan taraf signifikan 5% adalah 1) $r_{X_1 Y} = 0,867$, 2) $r_{X_2 Y} = 0,694$. 3) $r_{X_1 X_2} = 0,521$. 4) korelasi ganda 0,512.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah 1) *power* otot tungkai dengan kemampuan pukulan *jump smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak dengan nilai rata-rata 82,58. 2) *Power* otot lengan dengan kemampuan pukulan *jump smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak dengan nilai rata-rata 2,393. 3) Kemampuan pukulan *jump smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak dengan nilai rata-rata 11,06. 4) Terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai (X1) dan *power* otot lengan (X2) dengan kemampuan

pukulan *jump smash* (Y) dalam permainan bulutangkis pada siswa putra kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Pontianak.

Saran-saran yang dapat peneliti kemukakan adalah: 1) Diharapkan siswa dapat meningkatkan *power* otot tungkai dan *power* otot lengan karena *power* otot tungkai dan *power* otot lengan memiliki peranan yang signifikan dalam melakukan pukulan *jump smash*. 2) Diharapkan guru penjaskesrek ataupun pelatih khususnya cabang olahraga bulutangkis memperhatikan kondisi fisik siswa. 3) Diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan khususnya bagi diri peneliti sendiri.

