

## SARI

**Guruh Riya Mahardika, 2010**, Hubungan Antara *Power* Otot Tungkai dan Kelincahan dengan Hasil *Footwork* Pemain Bulutangkis Pemula Putera PB Sehat Semarang Tahun 2010. Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Drs. M. Nasution, M.Kes, Drs. Joko Hartono, M. Pd.

Kata kunci: *Power* Otot Tungkai, Kelincahan, Hasil *Footwork*.

Permasalahan penelitian ini adalah: 1) Apakah ada hubungan antara *power* otot tungkai dengan hasil *footwork*?, 2) Apakah ada hubungan antara kelincahan dengan hasil *footwork*?, 3) Apakah ada hubungan antara *power* otot tungkai dan kelincahan dengan hasil *footwork* pemain bulutangkis pemula putera PB Sehat Semarang tahun 2010?. Tujuan penelitian adalah untuk: 1) Mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai dengan hasil *footwork*, 2) Mengetahui hubungan antara kelincahan dengan hasil *footwork*, 3) Mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai dan kelincahan dengan hasil *footwork* pemain bulutangkis pemula putera PB Sehat Semarang tahun 2010.

Populasi penelitian pemain bulutangkis pemula putera PB Sehat Semarang tahun 2010 yang berjumlah 15 pemain. Sampel penelitian 15 pemain diambil dengan teknik *total sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *power* otot tungkai dan kelincahan. Variabel terikatnya hasil *footwork*. Metode penelitian menggunakan teknik survei melalui tes dan pengukuran dan analisis data penelitian dengan teknik regresi sederhana dan ganda.

Hasil penelitian diperoleh: 1) *Power* otot tungkai berhubungan secara signifikan dengan hasil *footwork* ditunjukkan dari hasil  $r_{hitung} = 0,709 > r_{tabel} = 0,514$ , 2) Kelincahan berhubungan secara signifikan dengan hasil *footwork* ditunjukkan dari hasil  $r_{hitung} 0,561 > r_{tabel} = 0,514$  dan 3) Secara bersama-sama *Power* otot tungkai dan Kelincahan berhubungan secara signifikan dengan hasil *footwork* ditunjukkan dari hasil  $F_{hitung} 6,163 > F_{tabel} = 3,89$ .

Kesimpulan penelitian adalah Ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dan kelincahan dengan hasil *footwork* pemain bulutangkis pemula putera PB Sehat Semarang tahun 2010. Saran penelitian: 1) Bagi pemain pemula putera PB Sehat Semarang, hendaknya selain berkonsentrasi pada latihan-latihan teknik dasar juga perlu berlatih meningkatkan kondisi fisiknya khususnya pada peningkatan *power* otot tungkai dan kelincahan 2) Bagi pelatih bulutangkis PB Sehat Semarang dalam pembelajaran teknik dasar *footwork* hendaknya dilakukan secara berimbang antara latihan teknik dan latihan fisik karena sama-sama menunjang hasil *footwork*, dan 3) Bagi peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis diharapkan untuk mengambil variabel lain yang juga turut berhubungan dengan hasil *footwork* agar diperoleh informasi yang semakin lengkap tentang faktor-faktor yang menunjang hasil *footwork*.