

## SARI

**Gandya Priya Santosa. 2010** : Sumbangan *Power* Otot Lengan, *Power* Otot Tungkai, dan Kelincahan Terhadap Hasil Kecakapan Pukulan *Jumping Smash* Pada Pemain Bulutangkis Remaja Putra PENGAB. PBSI Kabupaten Pemalang Tahun 2010.

Permasalahan dalam skripsi ini adalah : 1) Berapa besar sumbangan yang diberikan *power* otot lengan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain remaja putra? 2) Berapa besar sumbangan yang diberikan *power* otot tungkai terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain remaja putra? 3) Berapa besar sumbangan yang diberikan kelincahan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain remaja putra? 4) Berapa besar sumbangan yang diberikan *power* otot lengan, *power* otot tungkai, dan kelincahan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain remaja putra PENGAB. PBSI Kabupaten Pemalang tahun 2010? Sedangkan Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) Besarnya sumbangan *power* otot lengan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra, 2) Besarnya sumbangan *power* otot tungkai terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra, 3) Besarnya sumbangan kelincahan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra, dan 4) Besarnya sumbangan *power* otot lengan, *power* otot tungkai, dan kelincahan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra PENGAB. PBSI Kabupaten Pemalang tahun 2010.

Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive* total sampling, dimana dari populasi 30 pemain bulutangkis remaja putra PENGAB. PBSI Kabupaten Pemalang dipilih 23 pemain, yaitu yang mampu melaksanakan pukulan *jumping smash* yang penulis jadikan sampel. Variabel bebas penelitian ini meliputi: *power* otot lengan, *power* otot tungkai, dan kelincahan, sedangkan variabel terikat adalah hasil kecakapan pukulan *jumping smash*. Metode analisis data menggunakan teknik regresi tunggal dan ganda dengan taraf signifikan 5%.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa: 1) Ada sumbangan yang signifikan antara *power* otot lengan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra Pengcab. PBSI Kabupaten Pemalang tahun 2010. Adapun besarnya sumbangan yaitu 55,9 %, 2) Ada sumbangan yang signifikan antara *power* otot tungkai terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra Pengcab. PBSI Kabupaten Pemalang tahun 2010. Adapun besarnya sumbangan yaitu 44,6 %, 3) Ada sumbangan yang signifikan antara kelincahan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra Pengcab. PBSI Kabupaten Pemalang tahun 2010. Adapun besarnya sumbangan

yaitu 44,7 %, dan 4) Ada sumbangan yang signifikan antara *power* otot lengan, *power* otot tungkai dan kelincahan terhadap hasil kecakapan pukulan *jumping smash* pada pemain bulutangkis remaja putra Pengcab. PBSI Kabupaten Pemalang tahun 2010. Adapun besarnya sumbangan yaitu 71,7 %.

Berdasarkan hasil penelitian maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah bagi pemain bulutangkis khususnya dalam hal ini pemain remaja putra Pengcab. PBSI Kabupaten Pemalang tahun 2010 hendaknya selain berkonsentrasi pada latihan-latihan teknik dasar bulutangkis juga melatih kondisi fisiknya khususnya pada *power* otot lengan, *power* otot tungkai dan kelincahan karena terbukti dapat memberikan kontribusi positif terhadap kecakapan pukulan *jumping smash*. Bagi pelatih bulutangkis khususnya dalam hal ini Pengcab. PBSI hendaknya memberikan program secara berimbang antara teknik dan latihan fisik

