

**Tri Ario Setyaji.** 2010. Hubungan Daya Ledak Otot Lengan Bahu dan Otot Tungkai Dengan Hasil Pukulan Smes Dalam Permainan Bulutangkis Pada Pemain Putera Mahasiswa PKLO Unnes Semarang. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.  
Drs M. Nasution, M.Kes, Tri Aji, S.Pd

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Lengan Bahu, Daya Ledak Otot Tungkai, Hasil Pukulan Smes

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan daya ledak otot lengan bahu dengan hasil pukulan smes dalam permainan bulutangkis, untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dengan hasil pukulan smes dalam permainan bulutangkis dan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot lengan bahu dan otot tungkai dengan hasil pukulan smes dalam permainan bulutangkis.

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain mahasiswa PKLO UNNES angkatan tahun 2006 sebanyak 30 pebulutangkis putera berusia 20-22 tahun yang dapat melakukan pukulan smes. Tehnik pengambilan sampel adalah dengan teknik *total sampling*, dikatakan *total sampling* karena sampel dalam penelitian ini terdiri dari populasi. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari daya ledak otot lengan bahu dan daya ledak otot tungkai sebagai variabel bebas sedangkan hasil pukulan smes sebagai variabel terikat. Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari analisis deskriptif uji prasyarat dan uji hipotesis.

Hasil penelitian dengan program SPSS versi 12 untuk variabel daya ledak otot lengan bahu dengan hasil pukulan smes diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 3,465 dengan N sebesar 30 pada signifikansi 5% diperoleh  $t_{tabel}$  sebesar 1,98.. Hasil perhitungan untuk variabel daya ledak otot tungkai dan hasil pukulan smes diketahui nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2,505 dengan N sebesar 30 pada signifikansi 5% diperoleh  $t_{tabel}$  sebesar 1,98. Sedangkan hasil uji simultan (bersama-sama) antara daya ledak otot lengan bahu dan daya ledak otot tungkai diketahui nilai  $F_{hitung}$  sebesar 41,673 dengan df pembilang = 2 dan df penyebut = 27 pada signifikansi 5% diperoleh  $F_{tabel}$  sebesar 3,354..

Kesimpulan: 1) Ada hubungan daya ledak otot lengan bahu dengan hasil pukulan smes dalam permainan bulutangkis pada mahasiswa PKLO UNNES Semarang, 2) Ada hubungan daya ledak otot tungkai dengan hasil pukulan smes dalam permainan bulutangkis pada mahasiswa PKLO UNNES Semarang, 3) Ada hubungan daya ledak otot lengan bahu dan otot tungkai dengan hasil pukulan smes pada mahasiswa PKLO UNNES Semarang. Saran yang dapat peneliti berikan terkait dengan hasil penelitian yaitu untuk mendapatkan hasil pukulan smes yang keras dan cepat, maka perlu memperhatikan daya ledak otot lengan bahu dan daya ledak otot tungkai dengan jalan memberikan basis latihan daya ledak secara terprogram. Saat latihan smes perlu menekankan pada kombinasi atau koordinasi antara daya ledak otot lengan bahu dan daya ledak otot tungkai agar menjadi suatu gerakan terpadu.