

ABSTRAK

**LORENTA MELIALA, NIM : 6133121042, Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Kekuatan Otot Punggung Terhadap Kemampuan Bantingan Lengan Atlet Gulat Pengkot PGSI Tebing Tinggi Tahun 2020.
(Pembimbing : NONO HARDINOTO)**

Tujuan penelitian ini adalah, peneliti ingin melihat sejauh mana hubungan kekuatan otot lengan, dan kekuatan otot punggung terhadap kemampuan bantingan lengan atlet gulat putri Pengkot PGSI Tebing Tinggi Tahun 2020. Metode penelitian ini menggunakan *deskriptif* dengan sampel penelitian sebanyak 8 orang yang diperoleh dengan teknik pengambilan sampel yaitu; *total sampling*/sampel total. Data - data dari hasil tes masing-masing variabel akan dikumpulkan dengan menggunakan tes dan pengukuran.

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan, maka diperoleh pengujian hipotesis: (1). Terdapat hubungan yang signifikan dari kekuatan otot lengan terhadap kemampuan bantingan lengan atlet gulat Pengkot PGSI Tebing Tinggi Tahun 2020 ($t_{hitung} = - 2,7 < t_{tabel} = -1,895$). (2). Tidak terdapat hubungan yang signifikan dari kekuatan otot punggung terhadap kemampuan bantingan lengan atlet gulat Pengkot PGSI Tebing Tinggi Tahun 2020 ($t_{hitung} = - 0,05 < t_{tabel} = -1,895$). (3). Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan, dan kekuatan otot punggung, terhadap kemampuan bantingan lengan atlet gulat Pengkot PGSI Tebing Tinggi Tahun 2020 ($t_{hitung} = 2,62 > t_{tabel} = 1,761$).

Kata Kunci : Bantingan Lengan, Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot, Punggung



ABSTACT

LORENTA MELIALA, NIM : 6133121042, *The Relationship between Arm Muscle Strength and Back Muscle Strength to Ability of Arm Slamming in Wrestling Athlete Pengkot Tebing Tinggi in 2020.*
(Mentor : NONO HARDINOTO)

The purpose of this study was that the researcher wanted to see the extent of the relationship between arm muscle strength and back muscle strength on the ability of female wrestling athletes to slamming their arms, Pengkot PGSI Tebing Tinggi in 2020. This research method used descriptive research with a sample of 8 people obtained by sampling techniques. that is; total sampling / total sample. Data - data from the test results of each variable will be collected using tests and measurements.

Based on the results of the calculations carried out, the hypothesis testing is obtained: (1). There is a significant relationship of arm muscle strength to the ability of wrestling athletes to kick the arms of the Tebing Tinggi PGSI City Council in 2020 ($t\text{-score} = - 2.7 < t\text{-table} = -1.895$). (2). There was no significant relationship between back muscle strength and the ability to throw the arms of wrestling athletes at the PGSI Tebing Tinggi in 2020 ($t\text{-score} = - 0.05 < t\text{-table} = -1.895$). (3). There is a significant relationship between arm muscle strength, and back muscle strength, on the ability of wrestling athletes to kick off the Tebing Tinggi PGSI City Council athletes in 2020 ($t\text{-score} = 2.62 > t\text{-table} = 1.761$).

Key Words : Arm Slamming, Arm Muscle Stength, Back Muscle Strength

THE
Character Building
UNIVERSITY