ABSTRAK

BILLI ANTO GAJAH (NIM : 6201210019), "HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI, KEKUATAN OTOT LENGAN TERHADAP HASIL SMASH BULU TANGKIS PADA ATLET PUTRA KLUB PB MUTIARA KOTA SIDIKALANG".
(Supervisor: Nurhayati Simatupang)
Skripsi: Ilmu Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan.

Smash daam bulu tangkis merupakan serangan mematikan, daya ledak dan kekuatan sangat berpengaruh pada hasil smash. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) Apakah ada hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap hasil smash pada bulu tangkis atlet putra Klub PB Mutiara Kota Sidikalang?, (2) Apakah ada hubungan antara kekuatan otot lengan terhadap hasil smash pada bulu tangkis atlet putra Klub PB Mutiara Kota Sidikalang, dan 3) Apakah ada hubungan antara daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap hasil smash bulu tangkis atlet putra Klub PB Mutiara Kota Sidikalang?.

Penelitian ini menggunakan metode survei tes. Populasi penelitian adalah altlet putra klub PB Mutiara Kota Sidikalang tahun 2025 sebanyak 11 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling yang diperoleh dari 11 orang. Variabel penelitian ini meliputi variabel bebas terdiri dari daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan serta variabel terikat adalah hasil smash.

Hasil analisis data diperoleh perhitungan daya ledak otot tungkai, kekuatan otot lengan dengan hasil smash diketahui F_{hitung} masing-masing sebesar

Simpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan dengan hasil smash pada atlet putra klub PB Mutiara Kota Sidikalang tahun 2025. Saran peneliti yaitu pelatih diharapkan dapat meningkatkan keterampilan smash normal dengan penerapan bentuk latihan yang sesuai teknik tersebut, dan dapat dijadikan sebagai materi dalam penyusunan program latihan para atlet.

Kata kunci: Bulu Tangkis, Daya Ledak Otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan, *Smash*

ABSTRACT

BILLI ANTO GAJAH (NIM : 6201210019), "RELATIONSHIP BETWEEN LEG MUSCLE EXPLOSIVE POWER AND ARM MUSCLE STRENGTH, AND BADMINTON SMASH RESULTS IN MALE ATHLETES OF THE PB MUTIARA CLUB, SIDIKALANG CITY".
(Supervisor: Nurhayati Simatupang)
Thesis: Sports Science, Faculty of Sports Science, State University of Medan

Badminton smash is a deadly attack, explosiveness and power greatly affect the outcome of the smash. This study aims to find out: 1) Is there a relationship between the explosive power of the leg muscles and the smash results of the male badminton athletes of the PB Mutiara Kota Sidikalang Club?, (2) Is there a relationship between the strength of the arm muscles and the results of the smash in the badminton of the male athletes of the PB Mutiara Kota Sidikalang Club, and 3) Is there a relationship between the explosive power of the leg muscles and the strength of the arm muscles on the results of the badminton smash of the male athletes of the PB Mutiara Kota Sidikalang Club?.

This study uses a test survey method. The research population is 11 people for the 2025 PB Mutiara Kota Sidikalang club boys. The sampling technique used a total sampling technique obtained from 11 people. The variables of this study include the free variable consisting of the explosive power of the leg muscles and the strength of the arm muscles and the bound variable is the result of the smash.

The results of data analysis obtained the calculation of the explosive power of the leg muscles, the strength of the arm muscles with the results of the smash are known to be Fcal each of

The conclusion of this study is that there is a relationship between the explosive power of the leg muscles and the strength of the arm muscles with the results of the smash in the male athletes of the PB Mutiara Kota Sidikalang club in 2025. The researcher's suggestion is that coaches are expected to improve normal smash skills by applying the form of exercise that is in accordance with the technique, and can be used as material in the preparation of athletes' training programs.

Keyword : Badminton, Leg Muscle Explosiveness, Arm Muscle Strength, Smash