RINGKASAN

DINI AWALIYAH, <u>Hubungan Daya Tahan Otot Abdominal Dan Tingkat Keseimbangan Dengan Teknik Shokuto Geri Pada Klub Shorinji Kempo Universitas Negeri Jakarta.</u> Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. 2017

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui (1) Hubungan antara daya tahan otot abdominal (X_1), Terhadap teknik shokuto geri (2) Hubungan antara tingkat keseimbangan (X_2), Terhadap teknik shokuto geri (Y). (3) Serta mengetahui Hubungan antara daya tahan otot abdominal (X_1), Dengan tingkat keseimbangan (X_2) Pada teknik shokuto geri (Y).

Pengambilan data penelitian ini dilakukan pada Juni 2017 di Plaza Kampus A Universitas Negeri Jakarta. Dengan menggunakan *Purposive Sampling* yaitu 15 atlet putri kempo Universitas Negeri Jakarta dari 27 Populasi.

Pertama, terdapat hubungan yang berarti antara daya tahan otot abdominal pada teknik shokuto geri, dengan persamaan garis linear $\hat{Y}=12.63+0.74X_1$, Koefisien korelasi $(ry_1)=0.747$ dan koefisien determinasi $(ry_1)^2= 0.558$ yang berarti bahwa variabel daya tahan otot abdominal memberikan kontribusi pada teknik shokuto geri sebesar 55.8%. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa daya tahan otot abdominal besar akan lebih mudah dalam melakukan teknik shokuto geri.

Kedua, terdapat hubungan yang berarti antara tingkat keseimbangan pada teknik shokuto geri, Dengan persamaan garis linear $\hat{Y}= 16.492+0.670\ X_2$, Koefisien korelasi $(ry_2)=0.670$ dan koefisien determinasi $(ry_2)^2= 0.448$ yang berarti variabel tingkat keseimbangan memberikan konstribusi pada teknik shokuto geri

sebesar 44.8%. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa tingkat keseimbangan juga merupakan komponen fisik yang memiliki konstribusi cukup besar terhadap teknik shokuto geri. Semakin baik tingkat keseimbangan atlet putri Kempo akan semakin baik pula kemampuan dalam melakukan gerakan-gerakan yang menggunakan teknik shokuto geri.

Ketiga, terdapat hubungan yang berarti antara daya tahan otot abdominal dan tingkat keseimbangan pada teknik shokuto geri, dengan persamaan garis linear $\hat{Y}=1.960+0.554X_1+0.407\ X_2$, koefisien kolerasi ry_{1-2} = 0,829 dan koefisien determinasi $(ry_{1-2})^2$ = 0,687 yang berarti variabel daya tahan otot abdominal dan tingkat keseimbangan memberikan kontribusi pada teknik shokuto geri sebesar 68,7 %. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa daya tahan otot abdominal dan tingkat keseimbangan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap teknik shokuto geri.