

**KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN,
DAN KOORDINASI MATA TANGAN PADA PUKULAN
LONG DRIVE ATLET NUSA PENIDA WOODBALL CLUB**

Oleh

Ngurah Adi Permana Putra, NIM 1716041007

Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan Ilmu Olahraga Dan Kesehatan

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi, yaitu atlet Nusa Penida Woodball Club yang berjumlah 12 orang. Instrumen penelitian ini menggunakan 3 jenis tes dalam pengukuran. Press-up test untuk mengukur kekuatan otot lengan, tes lempar tangkap bola tenis untuk mengukur koordinasi mata tangan, dan tes pukulan *long drive*. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan rumus sumbangan efektif (SE) dan sumbangan relatif (SR). Hasil penelitian menunjukkan: (1) pada hipotesis pertama diperoleh sumbangan efektif (SE) 35.77%, dan sumbangan relatif (SR) 42.08% (2) pada hipotesis kedua diperoleh sumbangan efektif (SE) 49.23%, dan sumbangan relatif (SR) sebesar 57.92%, (3) dan pada hipotesis ketiga diperoleh perbandingan $42.08% < 57.92%$. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan otot lengan memiliki kontribusi sebesar 42.08%, dan koordinasi mata tangan memiliki kontribusi sebesar 57.92%, sehingga koordinasi mata tangan merupakan komponen yang lebih dominan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club.

Kata Kunci: kekuatan otot lengan, koordinasi mata tangan, pukulan *long drive*, *woodball*

ABSTRACT

This study aims to determine the contribution of arm muscle strength and hand eye coordination to the long drive stroke of Nusa Penida Woodball Club athletes. This research is a quantitative research with correlational method. The sample in this study was the entire population, namely athletes from Nusa Penida Woodball Club, totaling 12 people. This research instrument uses 3 types of tests in measurement. Press-up test to measure arm muscle strength, tennis ball throw and catch test to measure hand eye coordination, and long drive stroke test. Hypothesis testing in this study used the formula for effective contribution (SE) and relative contribution (SR). The results showed: (1) in the first hypothesis an effective contribution (SE) of 35.77%, and a relative contribution (SR) of 42.08% (2) in the second hypothesis an effective contribution (SE) of 49.23%, and a relative contribution (SR) of 57.92 %, (3) and the third hypothesis obtained a comparison of 42.08% <57.92%. It can be concluded that the arm muscle strength variable has a contribution of 42.08%, and eye-hand coordination has a contribution of 57.92%, so that eye-hand coordination is a more dominant component in the long drive stroke of Nusa Penida Woodball Club athletes.

Keywords: arm muscle strength, hand eye coordination, long drive stroke, woodball

