

**HUBUNGAN *POWER* OTOT LENGAN DAN KEKUATAN
MENGGENGGAM TERHADAP PUKULAN *FOREHAND* TENIS
LAPANGAN PADA ATLET SADAR TENIS *CLUB* TAHUN 2021**

Oleh

Ni Putu Wulan Krisna Dewi, NIM. 1716041020

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan Ilmu Olahraga Dan Kesehatan

ABSTRAK

Pukulan *forehand* sangat dipengaruhi komponen fisik, diantaranya *power* otot lengan, kekuatan menggenggam dan kekuatan otot lengan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) hubungan *power* otot lengan terhadap pukulan *forehand* dalam permainan tenis lapangan pada atlet Sadar Tenis *Club* (2) hubungan kekuatan menggenggam dengan pukulan *forehand* permainan tenis lapangan pada atlet Sadar Tenis *Club* (3) hubungan *power* otot lengan dan kekuatan menggenggam terhadap pukulan *forehand* dalam permainan tenis lapangan pada atlet Sadar Tenis *Club*. Penelitian ini menggunakan variabel bebas yaitu *power* otot lengan dan kekuatan menggenggam, sedangkan variabel terikatnya adalah pukulan *forehand*. Subjek penelitian berjumlah 15 orang atlet Sadar Tenis *Club* yang dipilih dengan menggunakan teknik *random sampling* yang berjumlah dengan populasi 20 orang. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik statistik dengan analisis kolerasi regresi *product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil perhitungan pada variabel *power* otot lengan (X1) terhadap pukulan *forehand* (Y) dengan peroleh hasil yaitu 0,741 artinya bahwa hubungan antara *power* otot lengan dengan pukulan *forehand* termasuk dalam kategori kuat. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka diperoleh hasil perhitungan pada variabel kekuatan menggenggam (X2) terhadap pukulan *forehand* (Y) dengan perolehan hasil 0,947 yang artinya bahwa hubungan antara kekuatan menggenggam dengan pukulan *forehand* termasuk dalam kategori sangat kuat. Hasil perhitungan pada variabel *power* otot lengan (X1) dan kekuatan menggenggam (X2) terhadap pukulan *forehand* (Y) dengan perolehan hasil 0,953 artinya bahwa hubungan *power* otot lengan dan kekuatan menggenggam dengan pukulan *forehand* termasuk dalam kategori sangat kuat. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan dan kekuatan menggenggam terhadap pukulan *forehand* pada atlet Sadar Tenis *Club*.

Kata kunci: power otot lengan, kekuatan menggenggam, pukulan forehand

**THE CORRELATION OF ARM MUSCULAR POWER AND GRIP
STRENGTH TOWARD FOREHAND GROUNDSTROKE OF TENNIS
AT SADAR TENIS CLUB ATHLETES IN 2021**

By

Ni Putu Wulan Krisna Dewi, Nim. 1716041020

Sports Coaching Education Study Program

Departement Of Sport And Health

ABSTRACT

Forehand groundstroke is affected by physical component, namely arm muscular power, grip strength, and arm muscular strength. This research aimed at finding out (1) the correlation arm muscular power toward forehand groundstroke in Tennis at Sadar Tennis Club athletes (2) the correlation grip strength and forehand groundstroke in Tennis at Sadar Tennis Club athletes. (3) the correlation arm muscular power and grip strength toward forehand groundstroke in Tennis at Sadar Tennis Club athletes. The independent variables of this research was arm muscular power and grip strength. Whereas, the dependent variable was forehand groundstroke. The research subject was 15 athletes of Sadar Tennis Club who were chosen by using random sampling technique from the population of 20 athletes. The obtained data were analyzed through statistic technique of product moment regression correlation. After analyzing the obtained data, the calculation of variable of arm muscular power (X1) toward forehand groundstroke (Y) was 0,741. Meaning that, the correlation of arm muscular power and forehand groundstroke belong to category of strong. Then, based on the data analysis, it was found that the calculation of variable of grip strength (X2) toward forehand groundstroke (Y) was 0,947 by meant that the correlation of grip strength and forehand groundstroke was very strong. Furthermore, the data analysis result of arm muscular power (X1) and grip strength (X2) toward forehand groundstroke (Y) was 0,953. It had meaning that the correlation of arm muscular power and grip strength toward forehand groundstroke (Y) was very strong. Conclusively, there was significant correlation among arm muscular power and grip strength toward forehand groundstroke at Sadar Tennis Club athletes.

Keywords: arm muscular power, grip strength, forehand groundstroke