

ABSTRAK

FATKHAN MUKHBIN. 2023. **Kontribusi *Power Otot Lengan dan Fleksibilitas Panggul Terhadap Hasil Pukulan (Batting Hitt) Pada Atlet Softball Kota Tasikmalaya.*** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah tentang kontribusi pada *power* otot dan fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *hitt* pada atlet *softball* Kota Tasikmalaya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui signifikansi *power* otot lengan dan fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian adalah metode kuantitatif deskriptif dengan pendekatan korelasi yang jumlah sampelnya yaitu 15 orang atlet *softball* putra dan putri Kota Tasikmalaya. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka dapat disimpulkan terdapat kontribusi yang berarti *power* otot lengan terhadap hasil pukulan *batting hitt*, terdapat kontribusi yang berarti fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *batting hitt* dan terdapat kontribusi yang berarti *power* otot lengan dan fleksibilitas panggul secara bersama-sama terhadap hasil pukulan *batting hitt*.

Kata Kunci: *Power Otot Lengan dan Fleksibilitas Panggul*

ABSTRACT

FATKHAN MUKHBIN. 2023. *Contribution of Arm Muscle Power and Hip Flexibility to Batting Hitts in Tasikmalaya City Softball Athletes. Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.*

The problem raised in this study is about the contribution of muscle power and hip flexibility to the results of hits in softball athletes in Tasikmalaya City. The purpose of this study was to determine the significance of arm muscle power and hip flexibility on the hit results of softball athletes in Tasikmalaya City. The research method used is a descriptive quantitative research method with a correlation approach with a sample size of 15 male and female softball athletes in Tasikmalaya City. Based on the results of data processing and analysis, it can be concluded that there is a significant contribution of arm muscle power to the results of batting hits, there is a significant contribution of hip flexibility to the results of batting hits and there is a significant contribution of arm muscle power and hip flexibility together to batting hit results.

Keywords: *Arm Muscle Power and Hip Flexibility*