

**HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN, KEKUATAN OTOT PERUT  
DAN TINGGI LOMPATAN TERHADAP KETEPATAN *JUMP SHOT* PADA ATLET  
BOLATANGAN PUTRA STKIP PGRI SUMENEP TAHUN 2018**

**ABSTRAK**

Bolatangan merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang menuntut kemampuan pemain baik dari segi fisik, teknik, taktik, maupun mental. Salah satu teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain bolatangan adalah teknik *Jump Shot* / tembakan melompat. Seperti yang telah kita ketahui bahwa *shooting* adalah suatu bentuk penyerangan kepada lawan dan juga merupakan "senjata" untuk menghasilkan skor dan *shooting* dalam bola tangan bermacam – macam salah satunya adalah *jump shot*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi: seberapa besar hubungan antara kekuatan otot lengan, kekuatan otot perut dan tinggi lompatan terhadap ketepatan *jump shot* dengan cara individual. Sasaran penelitian ini adalah atlet bolatangan putra STKIP PGRI Sumenep yang berjumlah 15 orang. Metode dalam analisa ini menggunakan metode statistik deskriptif kuantitatif, sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan melakukan tes kekuatan otot lengan, kekuatan otot perut, tinggi lompatan, dan *jump shot*. Dari hasil penelitian diperoleh secara individual variabel kekuatan otot lengan, kekuatan otot perut, dan tinggi lompatan tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap variabel ketepatan *jump shot* bolatangan. Untuk variabel bebas kekuatan otot lengan, kekuatan otot perut, dan tinggi lompatan perlu diberikan perhatian yang khusus tentang peningkatan latihan agar bias didapatkan hasil ketepatan *jump shot* bolatangan yang baik.

Kata kunci : kekuatan otot lengan, kekuatan otot perut, tinggi lompatan, *jump shot*, bolatangan