

ABSTRAK

Latar Belakang: Daya ledak otot tungkai merupakan salah satu komponen kondisi fisik penting yang berperan dalam performa atlet, terutama pada cabang olahraga yang menuntut gerakan eksplosif seperti bola basket dan bulu tangkis. Bola basket menekankan kemampuan lompatan vertikal berulang untuk rebound dan shooting, sedangkan bulu tangkis membutuhkan lompatan eksplosif untuk pukulan smash. Perbedaan karakteristik gerak dan pola latihan ini berpotensi menimbulkan variasi skor daya ledak otot tungkai antar cabang olahraga.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan skor daya ledak otot tungkai antara atlet bola basket putra dan atlet bulu tangkis putra.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain kausal-komparatif non-eksperimental menggunakan pendekatan cross-sectional. Subjek terdiri dari 40 atlet putra berusia 18–25 tahun (20 atlet bola basket dan 20 atlet bulu tangkis) yang dipilih secara purposive sampling. Pengukuran daya ledak otot tungkai dilakukan menggunakan Vertical Jump Test dengan alat Vertec. Data dianalisis menggunakan uji Independent Sample t-Test setelah data dinyatakan normal dan homogen.

Hasil: Rata-rata skor vertical jump atlet bola basket putra adalah $63,62 \pm 7,66$ cm, sedangkan atlet bulu tangkis putra $58,52 \pm 7,40$ cm. Hasil uji t menunjukkan nilai $p = 0,039$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok.

Kesimpulan: Terdapat perbedaan skor daya ledak otot tungkai antara atlet bola basket putra dan atlet bulu tangkis putra. Atlet bola basket memiliki daya ledak otot tungkai yang lebih tinggi, kemungkinan disebabkan oleh tuntutan latihan eksplosif dan frekuensi lompatan yang lebih tinggi dalam olahraga tersebut.

Kata Kunci: daya ledak otot tungkai, bola basket, bulu tangkis, vertical jump test, atlet putra