

PRESSURE / TEKANAN

Gaya yang bekerja per satuan luas

$$\text{Tekanan} = \frac{\text{Jumlah Gaya}}{\text{Luas Permukaan}}$$

Makin luas bidang yang menopang/menahan beban semakin kecil tekanan yang dialami

Diket : F : 500 Newton

ℓ : 0,1 m²

Besar tekanan : 500/0,1 = 5.000 N/m² (pascals)

POWER

Power adalah usaha yang dilakukan dalam satuan waktu atau besarnya kekuatan dikalikan dengan kecepatannya

$$P = \frac{W}{t} \rightarrow P = F \cdot V$$

Power sangat penting dalam olahraga dan ditampilkan pada gerak-gerak yang eksplosif

Power dapat ditingkatkan dengan cara :

- meningkatkan kekuatan otot
- kecepatan kontraksi otot