

ABSTRAK

Alvi akbar, Kontribusi Kelentukan, Keseimbangan dan Kekuatan Otot Tungkai Bawah dengan Kemampuan Service Atas Atlet Sepaktakraw SMP Negeri 18 Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan atlet dalam melakukan servis atas sepaktakraw. Variabel dalam penelitian ini adalah kelentukan (X1), keseimbangan (X2) dan kekuatan otot tungkai bawah (X3) sebagai variabel bebas, dan kemampuan servis atas sepaktakraw (Y) sebagai variabel terikat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi antara kelentukan, keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan servis atlet sepaktakraw SMP Negeri 18 kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2020 di lapangan sepaktakraw SMP Negeri 18 Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet sepaktakraw SMP Negeri 18 Padang yang berjumlah 15 orang atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 10 orang atlet putra saja. Instrument dalam penelitian ini adalah 1) tes *sit and reach*, 2) stork stand test, 3) leg and back dynamo meter dan 4) tes kemampuan servis atas sepaktakraw. Teknik analisis data menggunakan korelasi sederhana dan korelasi berganda.

Hasil penelitian ini adalah 1) Kelentukan memberikan kontribusi terhadap kemampuan servis servis atas sepaktakraw atlet sepaktakraw SMP Negeri 18 Padang sebesar 52,67%. 2) Keseimbangan memberikan kontribusi terhadap kemampuan servis atas sepaktakraw atlet sepaktakraw SMP Negeri 18 Padang sebesar 71,61%. 3) Kekuatan otot tungkai bawah memberikan kontribusi terhadap kemampuan servis atas sepaktakraw atlet sepaktakraw SMP Negeri 18 Padang sebesar 62,07%. dan 4) kelentukan, keseimbangan, dan kekuatan otot tungkai bawah memberikan kontribusi secara bersama sama terhadap kemampuan servis atas sepaktakraw atlet sepaktakraw SMP Negeri 18 Padang sebesar 51,26%.

Kata Kunci: KEKUATAN OTOT, SERVICE ATAS TUNGKAI BAWAH