

PEMBUATAN *FLEXIOMETER* DENGAN DATA TERSIMPAN PADA *DATABASE* MENGGUNAKAN POTENSIOMETER *MULTITURN*

Hamilatul Khairiah

ABSTRAK

Kelentukan adalah kemampuan untuk bergerak dalam ruang gerak sendi atau serangkaian sendi. Pelatihan fisik kelentukan bertujuan untuk membentuk keterampilan atlet agar dapat melakukan gerak seluas-luasnya. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kelentukan yaitu *flexiometer*. *Flexiometer* adalah alat ukur kelentukan yang mana hasil pengukurannya didapatkan secara otomatis karena sudah diprogram sedemikian rupa. Data hasil pengukuran dari *flexiometer* ini akan tersimpan pada *database* kemudian dikirim ke *website*.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen atau eksperimen yang menerapkan ilmu pengetahuan menjadi suatu rancangan untuk mendapatkan hasil sesuai dengan yang diinginkan. Pengumpulan data dilakukan dengan dua cara yaitu melalui pengukuran secara langsung dan secara tidak langsung. Hasil pengukuran langsung dari penelitian ini adalah nilai kelentukan yang didapat dan hasil pengukuran secara tak langsung adalah nilai ketepatan dan ketelitian pengukuran serta nilai praktikalisasi alat.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil ketepatan dan ketelitian alat yang sangat baik. Hasil ketepatan dari alat yaitu 0,993 (99,3%), dengan persentasi kesalahannya yang kecil yaitu 0,746%. Ketelitian dari alat juga sangat baik yaitu 0,99 (99%), dengan persentasi kesalahan 1%.

Kata Kunci: *flexiometer*, kelentukan, Potensiometer *Multiturn*, *database*