

ABSTRAK

Kontribusi daya tahan kekuatan pergelangan tangan dan kelentukan pinggang terhadap ketepatan lob di PB.Gajah Berlian Sawah Liek Kota Padang.

OLEH : Joni Hartommi

Penelitian ini diawali dari masalah yang ditemui dilapangan bahwasannya atlet PB.Gajah Berlian, dalam melakukan pukulan lob belum tepat dan maksimal. Masalah inilah diduga disebabkan karena beberapa faktor, antara lain rendahnya tingkat daya tahan kekuatan pergelangan tangan dan kelentukan pinggang dari atlet. Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan dan kontribusi daya tahan kekuatan pergelangan tangan dan kelentukan pinggang terhadap ketepatan lob di PB.Gajah Berlian.

Jenis penelitian adalah korelasional, dengan populasi berjumlah 20 orang, semua populasi diambil sebagai sampel penelitian, dengan demikian teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, adapun waktu penelitian pada tanggal 25 maret 2012. Instrumen penelitian daya tahan kekuatan pergelangan tangan yaitu dengan barbel, dan kelentukan pinggang menggunakan *flexiometer*, sedangkan instrumen penelitian ketepatan lob yaitu dengan tes kemampuan ketepatan lob. Data di analisis menggunakan statistik korelasional *product moment* dan dilanjutkan dengan uji regresi linear sederhana pada taraf signifikansi α 0.05

Hasil analisis data menunjukkan, (1) terdapat hubungan signifikan daya tahan kekuatan pergelangan tangan dengan ketepatan lob yang diperoleh $t_{hit} = 2,31 > t_{tab} 1.73$, nilai determinasi (r^2) 0,23 artinya berkontribusi sebesar 23% (2) terdapat hubungan signifikan kelentukan pinggang dengan ketepatan lob yang diperoleh $t_{hit} 2,16 > t_{tab} 1.73$, nilai determinasi (r^2) 0,20 artinya berkontribusi sebesar 20% (3) terdapat hubungan signifikan antara daya tahan kekuatan pergelangan tangan dan kelentukan pinggang terhadap ketepatan lob yang diperoleh $F_{hitung} = 5,6 > F_{tabel} = 3,63$ dengan demikian hipotesis kerja yang diajukan (H_a) dapat diterima. Selanjutnya secara bersama diperoleh nilai determinasi hasil analisis (r^2) sebesar 0,261. Akhirnya disimpulkan bahwa daya tahan kekuatan pergelangan tangan dan kelentukan pinggang memiliki hubungan yang signifikan dan berkontribusi sebesar 37.% dengan ketepatan lob.