

ABSTRAK

Kontribusi Kelentukan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Servis Pada Atlet Sepaktakraw SMPN 18 Padang

OLEH : AGUSRINALDI/85332 /2011

Penelitian ini terdapat beberapa masalah kontribusi kelentukan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan servis pada atlet sepaktakraw. Penelitian dilaksanakan di SMP N 18 Padang terhadap 20 atlet sepaktakraw sampel dengan teknik total sampling dari atlet yang terlibat pembinaan latihan sepaktakraw di SMP N 18 Padang.

Hasil temuan penelitian menyatakan bahwa : (1) kelentukan memiliki hubungan sebesar $r=0,64$, $r^2=0,41$ dan kontribusi sebesar $=41\%$. Ini berarti terdapat hubungan dan kontribusi yang signifikan antara kelentukan dalam kemampuan servis pada atlet sepaktakraw. $t_{hitung}=3,53 > t_{tabel}=1,743$, (2) daya ledak otot tungkai memiliki hubungan sebesar $r=0,55$, $r^2=0,30$ dan kontribusi sebesar $=30\%$. Ini berarti terdapat hubungan dan kontribusi yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dalam kemampuan servis pada atlet sepaktakraw. $t_{hitung}=2,763 > t_{tabel}=1,734$, dan (3) dan secara bersama-sama kelentukan dan kemampuan servis memiliki hubungan sebesar $r=0,56$, $r^2=0,31$ dan kontribusi sebesar 31% terhadap kemampuan servis pada atlet klub sepaktakraw SMP N 18 Padang. Ini berarti terdapat hubungan dan kontribusi yang signifikan antara kelentukan dan daya ledak otot tungkai dalam kemampuan servis pada atlet klub sepaktakraw SMP N18 Padang. $F_{hitung}=3,95 > F_{tabel}=3,59$.

Berdasarkan hasil temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan servis dalam bermain sepaktakraw dapat lebih meningkat, jika latihan kelentukan dan daya ledak otot tungkai lebih ditingkatkan.