

**HUBUNGAN *EXPLOSIVE POWER* OTOT TUNGKAI DAN KELENTURAN
PINGGANG DENGAN KEMAMPUAN SMASH GEDENG CLUB
SEPAKTAKRAW PELAJAR KOTA PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan
Kepelatihan sebagai salah satu Persyaratan
Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

INDRA NOFIZAN

2009. 98343

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2014

PERSETUJUAN SKRIPSI

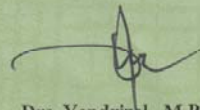
Hubungan *Explosive Power* Otot Tungkai Dan Kelenturan Pinggang Dengan
Kemampuan *Smash* Gedeng Club Sepaktakraw Pelajar Kota Pariaman

Nama : Indra Nofizan
BP/NIM : 2009/ 98343
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2014

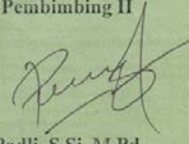
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



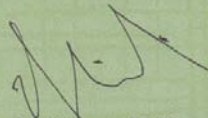
Drs. Yendrizal, M.Pd
NIP. 19611113 198703 1 004

Pembimbing II



Padli, S.Si. M.Pd
NIP. 19850228 201012 1 005

Mengetahui :
Ketua Jurusan Kepelatihan



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

PENGESAHAN

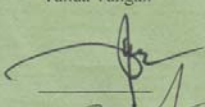
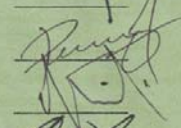
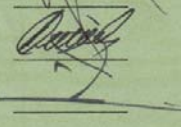
Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan Pendidikan
Kepelatihan Universitas Negeri Padang

Judul Skripsi : Hubungan *Explosive Power* Otot Tungkai Dan
Kelenturan Pinggang Dengan Kemampuan *Smash*
Gedeng Club Sepaktakraw Pelajar Kota Pariaman

Nama : Indra Nofizan
BP/NIM : 2009/ 98343
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2014

Tim Penguji :

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Drs. Yendrizal, M.Pd	
Sekretaris	: Padli, S.Si. M.Pd	
Anggota	: Drs. Maidarman, M.Pd	
Anggota	: Drs. H. Witarasyah	
Anggota	: Drs. Zalfendi, M.Kes AIFO	

ABSTRAK

Indra Nofizan. Hubungan *Explosive Power* Otot Tungkai dan Kelenturan Pinggang Dengan Kemampuan *Smash* Gedeng Club Sepaktakraw Pelajar Kota Pariaman

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya kemampuan *smash* gedeng yang dilakukan oleh sepaktakraw pelajar Kota Pariaman. Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *explosive power* Otot Tungkai (X_1) dan Kelenturan Pinggang (X_2) sebagai dua variabel bebas terhadap kemampuan *smash* gedeng Club sepaktakraw pelajar Kota Pariaman (Y) sebagai variabel terikat.

Populasi penelitian ini adalah club sepaktakraw pelajar Kota Pariaman yang berjumlah 18 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *total sampling* yaitu semua populasi yang berjumlah 18 orang dijadikan sampel penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur *explosive power* otot tungkai melalui tes *vertical jump test* dan kelenturan pinggang dengan tes *bridge-up* (kayang). Selanjutnya kemampuan *smash* gedeng dilakukan dengan tes kemampuan *smash* gedeng. Analisa data dan pengujian hipotesis 1 dan 2 menggunakan teknik analisis korelasi sederhana sedangkan hipotesis 3 menggunakan teknik analisis korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari analisis data dapat diperoleh hasil: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara *explosive power* otot tungkai dengan kemampuan *smash* gedeng club sepaktakraw pelajar Kota Pariaman dengan perolehan r_0 sebesar $0,673 > r_{\text{tab}} 0,468$. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kelenturan pinggang dengan kemampuan *smash* gedeng club sepaktakraw pelajar Kota Pariaman dengan perolehan r_0 sebesar $0,505 > r_{\text{tab}} 0,468$. 3) Terdapat hubungan yang signifikan *explosive power* otot tungkai dan kelenturan pinggang secara bersama-sama dengan kemampuan *Smash* gedeng club sepaktakraw pelajar Kota Pariaman dengan perolehan R_{hitung} sebesar $0,742 > r_{\text{tab}} 0,468$.

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya serta shalawat dan salam tercurah kepada nabi besar Muhammad SAW beserta keluarganya hingga akhir zaman, demikian juga penulis menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada kedua orang tua, dimana atas asuhan dan didikan serta perhatian keduanya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Hubungan Explosive Power Otot Tungkai Dan Kelenturan Pinggang Dengan Kemampuan Smash Gedeng Klub Sepaktakraw Pelajar Kota Pariaman**”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Yendrizal, M.Pd selaku pembimbing I dan Bapak Padli, S.Si. M.Pd selaku Pembimbing II dalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan, semangat dan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd, Bapak Drs. Zalfendi, M.Kes AIFO, dan Bapak Drs. H. Witarsyah selaku tim penguji, tim penguji yang telah memberikan masukan, saran,

sumbangan pikiran, arahan dan motivasi yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak/Ibu Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Kepada kakak dan adik yang telah memberikan semangat serta do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
8. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

ABSTRAK	i
SURAT PERNYATAAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9

BAB II KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori	10
1. Sepaktakraw	10
2. Kemampuan <i>Smash Gedeng</i>	14
3. Kondisi Fisik Sepaktakraw	17
4. <i>Explosive Power</i> Otot Tungkai	22
5. Kelenturan Pinggang	25
B. Kerangka Konseptual	29
C. Hiposkripsi	33

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
1. Waktu Penelitian	34
2. Tempat Penelitian	34
C. Populasi dan Sampel	34
1. Populasi	34
2. Sampel	35
D. Definisi Operasional	35
1. <i>Explosive Power</i> Otot Tungkai	35
2. Kelenturan	35
3. Kemampuan <i>Smash</i>	36
E. Jenis dan Sumber Data.....	36
1. Jenis Data.....	36
2. Sumber Data	37
F. Teknik Pengumpulan Data.....	37
1. Tahap Persiapan.....	37
2. Tahap Pelaksanaan	37
3. Petugas Pelaksana Tes	38
G. Instrumen Penelitian	38
1. Tes <i>Explosive Power</i> Otot Tungkai	38
2. Tes Kelenturan.....	40
3. Tes Kemampuan <i>Smash</i>	41
H. Teknik Analisis Data	42

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Analisis Deskriptif	45
1. <i>Explosive Power</i> Otot Tungkai	45
2. Kelenturan Pinggang	46
3. Kemampuan <i>Smash Gedeng</i>	48
B. Pengujian Persyaratan Analisis	49
1. Uji normalitas	49

2. Uji Independensi Antar Variabel Bebas	51
C. Pengujian Hipotesis	52
D. Pembahasan	55

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	61
B. Saran-saran.....	61

DAFTAR PUSTAKA.....	63
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Distribusi frekuensi <i>explosive power</i> otot tungkai (X_1)	45
Tabel 2.	Distribusi frekuensi Kelenturan Pinggang (X_2)	46
Tabel 3.	Distribusi frekuensi Kemampuan <i>Smash</i> Gedeng (Y)	48
Tabel 4.	Rangkuman hasil uji normalitas.....	50
Tabel 5.	Uji signifikansi korelasi X_1 dan X_2	51
Tabel 6.	Rangkuman hasil Analisis korelasi <i>Explosive power</i> otot tungkai (X_1) dengan Kemampuan <i>Smash</i> Gedeng (Y) Club Sepaktakraw Pelajar Kota Pariaman.....	52
Tabel 7.	Rangkuman hasil Analisis Korelasi Kelenturan Pinggang (X_2) dengan Kemampuan <i>Smash</i> Gedeng (Y) Club Sepaktakraw Pelajar Kota Pariaman.....	53
Tabel 8.	Rangkuman hasil Analisis Korelasi <i>Explosive power</i> otot tungkai (X_1) dan Kelenturan Pinggang (X_2) secara bersama-sama dengan Kemampuan <i>Smash</i> Gedeng (Y) Club Sepaktakraw Pelajar Kota Pariaman	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Lapangan sepak takraw	10
Gambar 2.	Bola sepak takraw	11
Gambar 3.	Gerakan <i>Smash</i> gedeng	16
Gambar 4.	Otot tungkai dan bawah	24
Gambar 5.	Hubungan antara <i>explosive power</i> otot tungkai dan kelenturan pinggang dengan kemampuan <i>Smash</i> Gedeng atlet sepak takraw FIK UNP	33
Gambar 6.	Tes <i>Vertical Jump Test</i>	40
Gambar 7.	Tes <i>Bridge-up test</i>	41
Gambar 8.	Tes kemampuan <i>Smash</i>	42
Gambar 9.	Histogram <i>explosive power</i> otot tungkai (X_1)	47
Gambar 10.	Histogram kelenturan pinggang (X_1)	48
Gambar 11.	Histogram kemampuan <i>Smash</i> Gedeng (Y)	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data penelitian <i>Vertical Jump</i>	66
Lampiran 2. Data mentah penelitian	67
Lampiran 3. Analisis uji normalitas sebaran data <i>explosive power</i> otot tungkai melalui uji liliefors (X_1)	68
Lampiran 4. Analisis uji normalitas sebaran data kelenturan pinggang melalui uji liliefors (X_2)	69
Lampiran 5. Analisis uji normalitas sebaran data Kemampuan <i>Smash</i> Gedeng melalui uji liliefors (Y)	70
Lampiran 6. Pengolahan data dengan <i>T-score</i> sebaran data <i>explosive power</i> otot tungkai (X_1)	71
Lampiran 7. Pengolahan data dengan <i>T-score</i> sebaran data Kelenturan (X_2)	72
Lampiran 8. Pengolahan data dengan <i>T-score</i> sebaran data Kemampuan <i>Smash</i> Gedeng (Y)	73
Lampiran 9. Analisis korelasi sederhana dan korelasi berganda variabel <i>Explosive power</i> otot tungkai (X_1), Kelenturan Pinggang (X_2) dan Kemampuan <i>Smash</i> Gedeng (Y)	74
Lampiran10. Perhitungan Koefisien korelasi sederhana dan korelasi gansa	75
Lampiran11. Daftar nilai kritis L untuk uji liliefors	79
Lampiran12. Daftar nilai Distribusi t Untuk Uji Keberartian Koefisien Korelasi	80
Lampiran13. Tabel dari harga dari <i>Product-Moment</i>	81
Lampiran14. Daftar luas di bawah lengkungan normal standart dari 0 ke z	82
Lampiran15. Foto Bersama sampel penelitian	83
Lampiran16. Foto Penelitian <i>Vertical Jump</i>	84
Lampiran17. Foto Penelitian Kelenturan <i>Bridge-up</i> (Kayang)	85
Lampiran18. Foto Penelitian kemampuan <i>Smash</i> Gedeng	86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Di samping itu olahraga merupakan salah satu bidang yang harus diperhatikan saat ini dalam pembangunan, karena olahraga bisa meningkatkan dan mengharumkan nama bangsa di pentas regional dan internasional. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan dalam Undang-undang RI No 3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 13 tentang sistem keolahragaan nasional menjelaskan bahwa: “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”

Berdasarkan kutipan di atas, bahwa olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan harkat dan martabat bangsa. Karena itulah, dalam rangka peningkatan prestasi olahraga diperlukan usaha-usaha pembinaan dan pengembangan olahraga di Indonesia adalah untuk meningkatkan keterampilan olahraga, diantaranya adalah olahraga sepaktakraw.

Sepaktakraw merupakan cabang olahraga yang dinamis dengan melibatkan seluruh anggota badan. Olahraga sepaktakraw telah banyak dikenal dan berkembang di seluruh masyarakat Indonesia yang telah terbukti dengan adanya klubklub sepaktakraw dari masing-masing propinsi di Indonesia yang ikut serta dalam kejuaraan tingkat nasional. Dalam meningkatkan prestasi optimal

pada berbagai kejuaraan atau pertandingan di tingkat regional, nasional, dan internasional perlu peningkatan kualitas dan kuantitas pelatih, atlet, dan penataan organisasi yang baik. Khususnya pembinaan klub-klub atau pelajar yang merupakan aset paling baik untuk digarap, apalagi sepak takraw merupakan cabang olahraga yang sedikit paling unik bila dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya. Keunikan sepak takraw yang kita ketahui adalah dominannya unsur senam dan gerakan akrobatik.

Salah satu klub pelajar yang sedang melakukan pembinaan serta pengembangan olahraga prestasi adalah klub pelajar kota Pariaman. Klub pelajar kota Pariaman merupakan klub pelajar yang ikut andil untuk peningkatan prestasi atlet sepak takraw pelajar yang berada di kota Pariaman, diantaranya pernah dilakukan yaitu peningkatan teknik permainan atlet sepak takraw pelajar kota Pariaman. Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa prestasi olahraga sepak takraw harus didukung oleh pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Di samping itu juga dibutuhkan bakat kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi. Sehubungan dengan ini Syafruddin (2011:71) menyatakan:

“Kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah faktor khusus prestasi adapun faktor tersebut dapat meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, mental serta sarana dan prasarana yang digunakan”.

Pendapat di atas mengemukakan bahwa dalam prestasi olahraga sepak takraw, banyak faktor yang mempengaruhi khususnya faktor fisik, teknik,

taktik, mental serta sarana dan prasarana. Sesuai dengan ide bermain sepak takraw adalah menciptakan poin sebanyak-banyaknya, dengan cara mematikan bola ke daerah lawan dan sulit bagi lawan melakukan bendungan atau mempertahankan daerahnya dari serangan lawan.

Untuk dapat menguasai ide permainan sepak takraw di atas didukung oleh kondisi fisik yang bagus, kondisi fisik merupakan keadaan fisik atlet untuk melakukan aktivitas dengan merealisasikan kemampuan pribadi. Sesuai dengan tujuannya, olahraga sepak takraw menuntut gerakan kuat, cepat dan gesit. Oleh karena itu, untuk memenuhi hal tersebut atlet klub pelajar Kota Pariaman harus memiliki kondisi fisik yang bagus yaitu kondisi fisik khusus seperti daya tahan kekuatan, *power* otot tungkai, stamina yang tinggi, kelenturan, kelincahan, kecepatan dan akurasi yang baik. Selain itu atlet sepak takraw juga harus menguasai teknik permainan. Teknik merupakan keterampilan atlet dalam melakukan aktivitas bermain dalam sepak takraw seperti, teknik *Service*, menerima bola, mengumpan, *Smash* dan *Block*. Kemudian didukung oleh pengadaan sarana dan prasarana yang lengkap dan memadai untuk melengkapi segala kebutuhan latihan maupun permainan seperti lapangan sepak takraw yang memadai.

Sepak takraw dimainkan oleh dua regu, yang pada tiap regu terdiri dari tiga orang pemain, yaitu tekong, apit kiri dan apit kanan dengan seorang pemain cadangan. Sepak takraw sebagai cabang olahraga beregu, maka kemenangan satu regu akan ditentukan oleh banyak faktor, dua faktor di antaranya adalah: (1) penguasaan teknik bermain sepak takraw secara individual dan (2) kerjasama tim

(*team work*) yang baik antara pemain dalam sebuah tim atau regu makin sempurna penguasaan teknik setiap pemain dan kerjasama tiap regu, maka kualitas permainan akan makin baik. Berdasarkan penjelasan di atas, salah satu kemampuan yang paling utama sekali harus dimiliki oleh seorang atlet adalah kemampuan teknik dasar bermain sepak takraw. Teknik dasar sepak takraw meliputi teknik: (1) *servis* yang dilakukan oleh tekong, (2) *menimang*, (3) *smash*, (4) *heading* dan (5) *block*. Berkaitan dengan sentuhan bola dengan anggota badan, sepakan yang harus dikuasai oleh pemain sepak takraw meliputi : sepakan, sepak sila, sepak kuda, sepak cungkil, sepak menapa dengan telapak kaki, sepak badek atau sepak samping dan dengan punggung kaki, menggunakan kepala bagian depan (dahi), bagian samping dan bagian belakang, menggunakan dada, menggunakan paha dan menggunakan bahu.

Penguasaan keterampilan sepak takraw diperlukan agar permainan dapat berjalan dengan baik. Keterampilan tersebut dapat berupa keterampilan individual dan keterampilan penguasaan pertandingan. Keterampilan individual meliputi : sepak sila, sepak kuda, sepak badek, menggunakan paha dan menyundul bola, sedangkan keterampilan penguasaan pertandingan meliputi : servis (sepak mula) menerima bola atau servis pertama, memberikan umpan atau hantaran, dan melakukan serangan (*smash*).

Smash atau *rejam* (istilah Malaysia) adalah gerak kerja yang terpenting dan merupakan gerak akhir dari gerak kerja serangan. *Smash* yang baik dan bagus akan mematikan bola ke daerah pertahanan lawan dan sulit bagi lawan untuk membendung daerahnya dari serangan. Salah satu *smash* yang dilakukan atlet

untuk mematikan bola ke daerah pertahanan lawan adalah *smash* gedeng. *Smash* gedeng adalah salah satu upaya untuk mendapatkan *point* atau angka bagi regu yang melakukannya. Kesalahan atau kegagalan dalam melakukan *smash* gedeng berarti bukan hilangnya kesempatan untuk regu itu untuk mendapatkan angka tetapi juga menambah angka bagi lawan. Disini jelaslah bahwa kedua apit itu perlu mempunyai kemampuan yang baik tentang *smash* gedeng sehingga dapat mencari sasaran yang lemah dan sulit untuk diterima atau dikontrol oleh lawan.

Peranan *smash* gedeng sangat penting dan memiliki kesulitan tersendiri serta terbukanya kesempatan untuk memperoleh angka bagi tim Sepaktakraw, maka diharapkan kedua apit itu mampu melakukan *smash* gedeng dengan cepat dan tepat. Untuk melakukan *smash* gedeng dibutuhkan pula *explosive power* otot tungkaidan kelenturan dimana pada waktu melakukan *smash* dibutuhkan kemampuan otot tungkai untuk mengatasi tahanan dengan kecepatan dan juga seorang atlet dapat melakukan gerak maksimal pada persendian sehingga menghasilkan *smash* yang tidak bisa dikembalikan oleh lawan. Semakin bagus *explosive power* otot tungkai dan adanya hubungan kelenturan semakin bagus *smash* gedeng yang akan dilakukan.

Selanjutnya berdasarkan pengamatan dari peneliti dan juga ditegaskan berdasarkan hasil wawancara dan diskusi (Senin 1 April 2013) dengan pelatih sepaktakraw klub pelajar Kota Pariaman, bahwa atlet sepaktakraw klub pelajar Kota Pariaman belum maksimal pada saat melakukan *smash* gedeng masih jauh dengan apa yang diharapkan serta belum dapat dibanggakan, hal ini terbukti masih banyak atlet yang gagal dalam melakukan *smash* kedeng, bola yang

dismash tidak tepat dan kuat pada sasaran yang telah ditentukan sehingga bola sering kurang terarah (kurang akurat) serta mudah diambil oleh lawan. Hal ini diduga adanya komponen kondisi fisik yang yang tidak berperan ketika atlet melakukan *smash* kedeng, beberapa komponen kondisi fisik tersebut yaitu *explosive power* otot tungkai dan kelenturan. *Explosive power* otot tungkai yang dimiliki atlet tidak mampu melakukan tolakan kaki tumpu ke atas dan kelenturan sendi tidak dapat berperan dengan baik sehingga sering gagal pada saat melakukan *smash* gedeng. Oleh sebab itu *explosive power* otot tungkai dan kelenturan sangat penting bagi pemain sepak takraw klub pelajar Kota Pariaman untuk meningkatkan kemampuan *smash* gedeng agar dapat meningkatkan prestasi sepak takraw

Berdasarkan dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *explosive power* otot tungkai dan kelenturan memiliki peranan penting dalam melakukan *smash* kedeng yang baik, sejauh ini belum diketahui secara ilmiah berapa besar hubungan *explosive power* otot tungkai dan kelenturan terhadap kemampuan *smash* kedeng pada olahraga sepak takraw. Bertitik tolak pada permasalahan di klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang hubungan *explosive power* otot tungkai dan kelenturan terhadap kemampuan *smash* gedeng pada atlet sepak takraw klub pelajar Kota Pariaman.

B. Identifikasi Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dapat dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Teknik merupakan komponen prestasi olahraga yang dapat meningkatkan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman
2. Taktik merupakan komponen prestasi olahraga yang dapat meningkatkan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman
3. Mental merupakan komponen prestasi olahraga yang dapat meningkatkan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman
4. Sarana dan prasarana mempunyai pengaruh dengan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman.
5. *Explosive power* otot tungkai merupakan kondisi fisik yang dapat menghasilkan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman
6. Kelenturan merupakan kondisi fisik yang dapat menghasilkan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman
7. Kelincahan merupakan kondisi fisik yang dapat menghasilkan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman
8. *Explosive power* otot tungkai dan kelenturan secara bersama-sama merupakan kondisi fisik yang dibutuhkan untuk melakukan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman

C. Pembatasan Masalah.

Mengingat banyaknya masalah yang diidentifikasi dan juga penulis beranggapan bahwa unsur kondisi fisik *explosive power* otot tungkai dan kelenturan berperan penting dalam kemampuan *smash*, maka penelitian ini dibatasi hanya pada masalah *explosive power* otot tungkai, kelenturan pinggang dan kemampuan *smash* Gedeng.

D. Perumusan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik maka terlebih dahulu diajukan perumusan masalah yang akan diteliti yaitu :

- a. Apakah terdapat hubungan yang signifikan *explosive power* otot tungkai dengan kemampuan *smash* gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman?
- b. Apakah terdapat hubungan yang signifikan kelenturan pinggang dengan kemampuan *smash* gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman?
- c. Apakah terdapat hubungan yang signifikan *explosive power* otot tungkai dan kelenturan pinggang secara bersama-sama dengan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Sejauhmana hubungan antara *explosive power* otot tungkai dengan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman.
- b. Sejauhmana hubungan kelenturan pinggang dengan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman .
- c. Sejauhmana hubungan *explosive power* otot tungkai dan kelenturan pinggang secara bersama-sama dengan kemampuan *smash* Gedeng klub sepak takraw pelajar Kota Pariaman.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat yaitu:

1. Untuk memenuhi salah satu syarat bagi peneliti dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Untuk pelatih serta pembina klub sepakakraw pelajar Kota Pariaman sebagai bahan pertimbangan dalam membuat dan memberikan program latihan.
3. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa pada perpustakaan Jurusan Kepeatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan maupun Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.
4. Dapat memberikan informasi dan masukan bagi para peneliti selanjutnya.