



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS SYIAH KUALA  
UPT. PERPUSTAKAAN

Jalan T. Nyak Arief, Kampus UNSYIAH, Darussalam – Banda Aceh, Tlp. (0651) 8012380, Kode Pos 23111  
Home Page : <http://library.unsyiah.ac.id> Email: [helpdesk.lib@unsyiah.ac.id](mailto:helpdesk.lib@unsyiah.ac.id)

---

## ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

### TITLE

HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN KEMAMPUAN JUMPSERVICE PADA ATLET BOLA VOLI HIMADIRGA TAHUN 2016

### ABSTRACT

#### ABSTRAK

Isfahani.2017. Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan dan Kekuatan Otot Tungkai dengan Kemampuan Jump Service Pada Atlet Bola Voli Himadirga Tahun 2016. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Syiah Kuala, Pembimbing:

(1) Dr. Saifuddin, M.Pd ., (2) Masri, S.Pd., M.Pd

Kata kunci: kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot tungkai, jump service.

Untuk melakukan jump service yang baik setiap atlet memerlukan pendukung kondisi fisik, diantaranya kelentukan pergelangan tangan dan kekuatan otot tungkai, pemain yang power otot tungkainya baik dan kelentukan pergelangan tangannya juga baik dapat melompat dan menempatkan bola tepat pada daerah dimana lawan sulit memainkan bola. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelentukan pergelangan tangan dan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan jump service atlet bola voli Himadirga tahun 2016.

Jenis penelitian termasuk dalam penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bola voli Himadirga tahun 2016 yang berjumlah 15 Orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling, maka sampel dalam penelitian adalah seluruh atlet bola voli Himadirga Tahun 2016 yang berjumlah 15 Orang.

Pengumpulan data dilakukan dengan tes kelentukan pergelangan tangan, tes kekuatan otot tungkai dan tes kemampuan jump service. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik.

Hasil analisis data yang diperoleh adalah: (1) terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan pergelangan tangan dengan kemampuan jumpservice ( $r_{xy} = 0,68$ ), kelentukan pergelangan tangan memberikan sumbangan 46,24% terhadap kemampuan jumpservice, (2) terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan jumpservice ( $r_{xy} = 0,52$ ), kekuatan otot tungkai memberikan sumbangan 27,04% terhadap kemampuan jumpservice, (3) terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kelentukan pergelangan tangan dan kekuatan otot tungkai dengan kemampuan jumpservice ( $R_{x1x2y} = 0,71$ ), kelentukan pergelangan tangan dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama memberikan sumbangan 50,41% terhadap kemampuan jump service.