

ABSTRAK

AKRAM MUHIBULLAH BANGKO, NIM : 6133321033. Kontribusi Latihan *Bar Twist* Dan Latihan *Signal* Akustik Terhadap Kemampuan Servis Atas Pada Atlet Sepak Takraw Sumatera Utara Tahun 2018 (Pembimbing Skripsi : IBRAHIM WIYAKA) Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNIMED 2018

Sepak takraw merupakan cabang olahraga permainan asli dari orang melayu. Pada awal permainan ini dikenal sebagai sepakraga. Pada setiap regu terdiri dari seorang tekong, apit kanan, dan apit kiri. Agar dapat bermain sepak takraw, setiap atlet harus mampu menguasai teknik dasar dan teknik khusus. Hal yang paling mendasar dalam memulai permainan sepak takraw adalah servis (sepak mula). Sepak mula dilakukan oleh pemain yang disebut “tekong”, yaitu pemain yang melakukan servis berada di daerah lingkaran. Teknik sepak mula ditinjau dari posisi kaki pukul terhadap bola dibagi menjadi dua cara, yaitu servis bawah dan servis atas. Servis atas adalah sepakan yang dilakukan oleh tekong, dengan menggunakan kaki bagian sila ataupun kura dengan posisi bola yang akan disepak dilambungkan oleh apit lebih tinggi dari kepala.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi latihan *bar twist* dan latihan *signal* akustik terhadap kemampuan servis atas. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepak takraw Sumatera Utara dimana berjumlah 12 orang. Jumlah sampel 9 orang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen *sit and reach* untuk mengukur kelentukan otot pinggang, instrumen *whole body reaction* yang bertujuan untuk mengukur kecepatan reaksi dengan instrumen kemampuan servis atas sepak takraw.

Hasil analisis hipotesis pertama menghasilkan persamaan regresi $\hat{Y} = 0,60 + 0,75X_1$. Persamaan regresi tersebut berbentuk linier dimana $F_{hitung} < F_{tabel}$ ($3,94 < 5,90$). Dari hasil analisis yang telah dilakukan diketahui bahwa persamaan regresi tersebut memberikan kontribusi yang berarti dimana $F_{hitung} > F_{tabel}$ ($7,23 > 5,59$). Koefisien korelasi diperoleh sebesar 0,7127 yang menunjukkan hubungan yang cukup kuat. Koefisien determinasi sebesar 50,8% menjelaskan bahwa latihan *bar twist* (X_1) memberikan pengaruh sebesar 50,8% terhadap kemampuan servis atas sepak takraw sedangkan 49,2% dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil uji - t untuk mengetahui signifikansi dari hubungan tersebut diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$ dimana ($2,69 > 1,895$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari pada latihan *bar twist* terhadap kemampuan servis atas pada atlet sepak takraw Sumatera Utara Tahun 2018.

Hasil analisis hipotesis kedua menunjukkan persamaan regresi $\hat{Y} = 9,38 + 19,75X_2$. Dari hasil analisis regresi diperoleh bahwa persamaan regresi tersebut tidak linier dan juga tidak memberikan kontribusi yang berarti dimana $F_{hitung} < F_{tabel}$ ($0,40 < 5,59$).

Hasil analisis hipotesis ketiga menunjukkan persamaan regresi $\hat{Y} = (-4,07) + 0,73 X_1 + 14,44 X_2$. Dari hasil analisis regresi diperoleh bahwa persamaan regresi tersebut tidak memberikan kontribusi yang berarti dimana $F_{hitung} < F_{tabel}$

(3,48<5,14). Koefisien korelasi sebesar 0,7326 menunjukkan hubungan yang cukup kuat antar variabel. Koefisien determinasi sebesar 53,67% menjelaskan bahwa latihan *bar twist* dan latihan *signal* akustik memberikan pengaruh sebesar 53,67% terhadap kemampuan servis atas sepak takraw sedangkan 46,33% dipengaruhi oleh variabel lain. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat kontribusi yang signifikan dan simultan dari pada latihan *bar twist* dan latihan *signal* akustik terhadap kemampuan servis atas pada atlet sepak takraw Sumatera Utara tahun 2018.



THE
Character Building
UNIVERSITY