

## ABSTRACT

**FACHRUROZI ZULHAM HASIBUAN. NIM: 6132121007. *The Relationship Between Flexibility and Foot Coordination Against the Feeding Ability of PSTI Binjai Football Assisted Athletes in 2020.***  
(Thesis Advisor: IBRAHIM WIYAKA)

*Sepak takraw is a native sport of the Malay people. At the beginning this game was known as sports. Each team consists of a tekong, right wedge, and left flank. In order to play Sepak Takraw, every athlete must be able to master basic techniques and special techniques. One of them is the technique of baiting, this technique is done by means of sila football with the ball reaching 3 meters high, this bait technique can be done by the right wedge, left wedge, and also tekong. This technique is very influential in the game of Sepak Takraw, the better the bait that is given the greater the chance you get to get a score.*

*This study aims to determine the relationship between flexibility and eye-foot coordination on the ability to bait the smash. The population in this study were all PSTI Binjai takraw athletes, totaling 12 people. The form of the test used in this study is a goniometer to measure the flexibility of the leg muscles, the instrument to kick a ball against the wall with a distance of 3 meters is carried out repeatedly for 10 seconds which aims to measure the coordination of the ankles with the football takraw baiting ability instrument. The data analysis technique used to test the hypothesis is the normality test, linearity test, and correlation test.*

*From the results of the correlation test of the first hypothesis, a significance value of  $0.012 < 0.05$  is obtained, so there is a significant relationship between flexibility and the ability to pass the ball. The results of the second hypothesis test with a significance value of  $0.024 < 0.05$ , so there is a significant relationship between ankle coordination and ball baiting ability. Based on the multiple correlation test in the model summary table, it is known that the magnitude of the relationship between Flexibility and Foot Coordination (simultaneously) to the Feed Ability calculated by the correlation coefficient is 0.483, this indicates a moderate effect. While the simultaneous contribution or contribution of the flexibility variable with the eye coordination is 23.3%, while 76.7% is determined by other variables.*

**Keywords: Flexibility, Ankle Coordination, Bait Ability.**

## ABSTRAK

**FACHRUROZI ZULHAM HASIBUAN. NIM: 6132121007. Hubungan Antara *Fleksibilitas* dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Kemampuan Umpan Atlet Binaan Sepak Takraw PSTI Binjai Tahun 2020. (Pembimbing Skripsi : IBRAHIM WIYAKA)**

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. Salah satunya adalah tehknik mengumpan, tehknik ini dilakukan dengan cara sepak sila dengan tinggi bola mencapai 3 meter, tehknik umpan ini bisa dilakukan oleh apit kanan, apit kiri, dan juga tekong. Teknik ini sangat berpengaruh dalam permainan sepak takraw, semakin baik umpan yang di berikan semakin besar peluang yang didapatkan untuk memperoleh angka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fleksibilitas* dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan umpan untuk *smash*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepak takraw PSTI Binjai dimana berjumlah 12 orang. Bentuk tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah goniometer untuk mengukur kelentukan otot tungkai, instrumen menendang bola ke tembok dengan jarak 3 meter dilakukan berulang kali selama 10 detik yang bertujuan untuk mengukur koordinasi mata kaki dengan instrumen kemampuan umpan sepak takraw. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi.

Dari hasil uji korelasi hipotesis pertama diperoleh nilai signifikansi  $0,012 < 0,05$  maka ada hubungan yang signifikan antara *Fleksibilitas* dengan Kemampuan Umpan bola. Hasil uji hipotesis kedua nilai signifikansi  $0,024 < 0,05$  , maka ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Umpan bola. Berdasarkan uji korelasi ganda pada tabel model summary diketahui bahwa besarnya hubungan antara *Fleksibilitas* dan Koordinasi Mata Kaki (secara simultan) terhadap Kemampuan Umpan yang dihitung dengan koefisien korelasi adalah 0,483 hal ini menunjukkan pengaruh yang sedang. Sedangkan kontribusi atau sumbangan secara simultan variabel *Fleksibilitas* dengan Koordinasi Mata Kaki adalah 23,3% sedangkan 76,7% ditentukan oleh variabel lain.

**Kata Kunci : *Fleksibilitas*, Koordinasi Mata Kaki, Kemampuan Umpan.**