



KONTRIBUSI KESEIMBANGAN DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP SERVIS ATAS PADA ATLIT SEPAK TAKRAW PUTRA KABUPATEN KUANTAN SINGINGI

Zul Hendri

Universitas Islam Riau

Correspoding author email: zulhendri@email.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kontribusi keseimbangan terhadap hasil servis atlet takraw putra kabupaten kuantan singgingi, untuk mengetahui kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap hasil servis atas atlet putra kabupaten kuantan singgingi, kontribusi keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap hasil servis atas atlet takraw putra kabupaten kuantan singgingi. Jenis penelitian ini korelasional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 12 orang dengan menggunakan teknik *total sampling*. Instrument tes keseimbangan, tes *leg dynamometer*, tes servis. Tidak terdapat Kontribusi yang signifikan pada kontribusi keseimbangan terhadap servis atas atlit sepak takraw putra kabupaten kuantan singgingi Dengan R Hitung 0,186 < R Table 0,576 dengan KD sebesar 3,24% Tidak Terdapat kontribusi yang signifikan terhadap kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap servis atas, dengan R Hitung 0,433< R Tabel 0,576 dengan KD sebesar 18.74%.Tidak Terdapat kontribusi keseimbangan dan kekuatan otot tungkai dengan R Hitung -0,0022 < R Tabel 0,576 dengan KD sebesar 0.051,%.

Kata kunci : Keseimbangan, kekuatan otot tungkai, servis atas

**ABSTRACT**

The purpose of this study was to determine the contribution of balance to the service results of male takraw athletes in Kuantan Singing District, to determine the contribution of leg muscle strength to the service results of male athletes at Kuantan Singing District, the contribution of balance and leg muscle strength to the service results of male takraw athletes in Kuantan Singing District. . This type of research is correlational. The sample in this study amounted to 12 people using total sampling technique. Instrument balance test, leg dynamometer test, service test. There is no significant contribution to the contribution of balance to the service for men sepak takraw athletes in Kuantan Singing Regency with R Count $0.186 < R \text{ Table } 0.576$ with KD of 3.24% There is no significant contribution to the contribution of leg muscle strength to the upper serve, with R Count $0.433 < R \text{ Table } 0.576$ with KD of 18.74%. There is no contribution of balance and leg muscle strength with R Count $-0.0022 < R \text{ Table } 0.576$ with KD of 0.051,%.

Keyword: Balance, leg muscle strength, Top serve

Copyright (c) 2022 Zul Hendri.

Corresponding author :

Email Address : email (alamat koresponden)

Accepted 20 November 2022, Published 31 Desember 2022



PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara yang sedang berkembang dan berusaha semaksimal mungkin untuk mengadakan pembangunan dan peningkatan mutu disegala bidang. Salah satunya bidang pendidikan, dalam rangka peningkatan mutu pendidikan itu berbagai usaha dilakukan oleh pemerintah, usaha itu diantaranya dengan pengembangan olahraga yang merupakan bagian atau upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, rohani, mental serta rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Kegiatan olahraga pada umumnya dapat dipandang dari empat dimensi yaitu: (1) olahraga rekreatif yang menekankan tercapainya kesehatan jasmani dan rohani dengan tema khas seperti pencapaian kesegaran jasmani dan pelepasan ketegangan hidup sehari-hari, (2) olahraga pendidikan yang menekankan pada aspek pendidikan, yaitu olahraga merupakan alat untuk mencapai tujuan pendidikan, (3) olahraga kompetitif menekankan kegiatan perlombaan dan pencapaian prestasi, dan (4) olahraga profesional yang menekankan tercapainya keuntungan material. Dari keempat macam kegiatan olahraga tersebut, tentunya setiap orang mempunyai tujuan yang berbeda-beda dalam melakukan kegiatan olahraga.

Olahraga mempunyai peran penting dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan modern sekarang ini manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat, sesuai dengan cabang olahraga yang diminati dan sesuai dengan tingkat usia, baik laki-laki maupun perempuan. Oleh sebab itu perluadanya pembinaan prestasi di bidang olahraga sebagai sasaran yang ingin dicapai dalam pembinaan pada klub olahraga di Indonesia.

Perkembangan sepaktakraw sebagai olahraga yang dipertandingkan telah menyebar secara nasional, regional dan internasional. Oleh karena itu sepaktakraw dipertandingkan dan menjadi kegiatan resmi pada PON, SEA Games dan Asian Games, sedangkan pada tingkat Olympiade masih dalam perjuangan.

Dalam perjalanannya, prestasi cabang olahraga sepaktakraw Indonesia dapat dilihat dari beberapa eventkejuaraan yang telah diikutinya, seperti pada SEA Games di Kuala Lumpur Malaysia tahun 2001, Indonesia hanya mampu menduduki peringkat ketiga dengan meraih medali perunggu pada nomor beregu putra dan putri, sedangkan pada nomor tim putra Indonesia masih dibawah Thailand dan Malaysia. Begitu halnya pada pelaksanaan SEA Games 2015 ,prestasi Indonesia tidak jauh berbeda dengan SEA Games sebelumnya. Akan tetapi, pada SEA Games 2007 yang lalu di Nakhon Rachasima Thailand, Indonesia menduduki peringkat kedua pada nomor permainan (tim, beregu dan *double event*), dan peringkat ketiga nomor *hoop*. Dari hasil tersebut, tak dapat dipungkiri tim sepaktakraw Indonesia masih berada dibawah dari Negara Gajah Putih, yakni Thailand.

Upaya Pengurus Besar Persatuan SepakTakraw Indonesia (PB PSTI) terus melakukan pembenahan dari segala aspek termasuk menyiapkan landasan yang kokoh bagi pembinaan atlet-atlet muda yang ada di daerah. Hal ini dimaksudkan untuk tetap mempersiapkan para atlet generasi muda yang akan memboyong bangsa Indonesia ke arah yang lebih baik khususnya dalam prestasi cabang olahraga sepaktakraw.

Berdasarkan kutipan diatas pembinaan dan pengembangan olahraga haruslah terarah agar



prestasi dapat dicapai mulai dari tingkat rendah sampai ketingkat internasional yang membanggakan indonesia. Dalam mewujudkan tujuan diatas maka dibutuhkan suasana latihan dan proses latihan yang maksimal maka dibutuhkan sarana dan prasarana untuk memaksimalkan latihan, perangkat latihan dan tenaga kepelatihan dibidangnya dan dengan berbagai pertolongan teknik latihan.

Penguasaan teknik atau gerakan dalam setiap jenis olahraga yang dilakukan akan dapat dicapai dengan melakukan latihan-latihan berdasarkan petunjuk atau pedoman yang benar sesuai dengan cabang olahraga yang ada. Dan dari sekian banyak cabang olahraga tersebut, tidak terkecuali pula cabang olahraga sepaktakraw atau sepakraga ini yang juga perlu dilakukan dengan teknik yang benar. Sepaktakraw merupakan salah satu cabang olahraga yang khas dan digemari karena permainannya banyak dilakukan dengan menggunakan kepala dan kaki.

Untuk dapat bermain sepaktakraw dengan baik, maka seorang harus mengetahui minimal tujuh teknik dasar dalam permainan sepaktakraw yaitu: teknik penguasaan bola dengan punggung kaki, teknik penguasaan bola dengan sepak sila, teknik penguasaan bola dengan paha, teknik penguasaan bola dengan kepala (*Heading*), teknik penguasaan bola dengan sepak simpuh (*Bodek*), teknik penguasaan bola dengan dada, dan teknik penguasaan bola bahu. Jika siswa memiliki tujuh kemampuan teknik dasar sepaktakraw diatas, maka siswa tersebut tidak akan kesulitan untuk melakukan berbagai gerakan dalam permainan sepaktakraw. Karena semua teknik tersebut merupakan kesatuan yang tidak terpisahkan dari permainan sepaktakraw dan wajib dikuasai oleh seorang pemain sepaktakraw jika ingin menjadi pemain sepaktakraw yang baik.

Dari teknik-teknik tersebut dapat dimainkan dengan baik jika dipelajari dan dilatih secara kontinu dibawah pengawasan pelatih berkualitas. Namun tidak berarti bahwa prestasi sepaktakraw hanya ditentukan oleh penguasaan teknik dasar yang baik. Faktor-faktor lainnya juga banyak lagi yang menunjang peningkatan prestasi sepaktakraw, salah satunya adalah servis.

Servis atau sepak mula merupakan awal dari permainan sepaktakraw. Servis yang dilakukan oleh tekong kearah lapangan lawan sangat penting karena angka didapat dari regu yang melakukan. Jika terjadi kesalahan atau kegagalan pada servis, maka akan hilang kesempatan bagi regu tersebut untuk mendapatkan angka. Disamping itu, sepaktakraw bagi daerah Riau memiliki kedudukan yang sangat penting karena Riau memiliki atlet sepaktakraw yang berpotensi, bahkan sering mengharumkan nama Riau pada berbagai event, oleh sebab itu berbagai upaya terus dilakukan untuk membina para atlit tersebut.

Selain itu, hal penting yang harus dimilikoleh seorang atlit ketika ingin menjadi pemain sepaktakraw adalah kelenturan (fleksibilitas) tubuh. Kelenturan ini merujuk pada rentang gerakan yang dapat terjadi pada berbagai persendian tubuh. Kelenturan adalah efektifitas seseorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktifitas dengan penguluran tubuh yang luas. Pada dasarnya, setiap orang yang ingin menjadi olahragawan yang profesional dari semua cabang olahraga harus berusaha memaksimalkan kelenturan tubuhnya, dengan demikian akan dapat memperkecil peluang terjadinya cidera persendian.

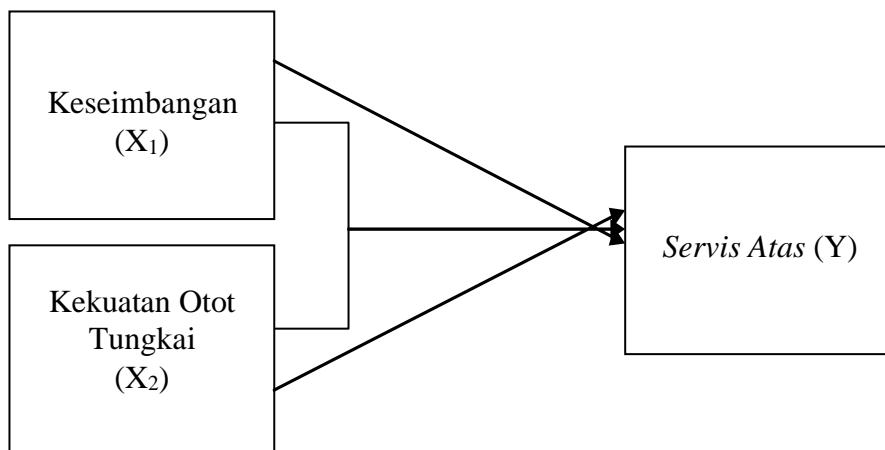
Berdasarkan pengamatan penulis terdapat beberapa masalah : Kemampuan rata-rata penguasaan teknik dasar bermain atlet sepaktakraw kabupaten kuantan singgingi yang dimiliki masih belum sesuai dengan yang diharapkan, Kenyataan dilapangan penulis melihat bola yang dilambungkan oleh apit tidak bisa diambil oleh tekong karena kurang lenturnya otot tungkai sehingga ayuanan kaki untuk melakukan servis masih rendah sehingga bola yang diservis tidak



terarah sering keluar lapangan, menyangkut di net dan bola yang diservis mudah diantisipasi lawan, serta kurangnya keseimbangan ketika melakukan servis ini terlihat pada saat apit kanan melambungkan bola masih ada yang terjatuh, kurangnya motivasi diri sendiri dalam memacu prestasi yang di inginkan, latihan yang kurang disiplin, lambungan dari apit kanan kurang pas, kurangnya modifikasi pada saat latihan sehingga latihan tesa monoton dan kurangnya rasa percaya diri pada atlit.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional. Korelasional adalah suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel tersebut Arikunto (2006:270).



Gambar 1. Desain Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010:61). Populasi dalam penelitian ini atlet sepak takraw Putera Kabupaten Kuantan Singgingi, yang terdiri dari 12 orang. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006:131). Berpedoman kepada populasi penelitian, maka sampel dalam penelitian ini adalah semua populasi atlet putra Sepaktakraw Kabupaten Kuantan Singgingi, yang terdiri dari 12 orang. Sesuai dengan penjelasan para ahli mengatakan: "apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua. Jadi teknik penarikan sampel pada penelitian ini adalah *total sampling*"

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data penelitian ini menyangkut tiga variabel yaitu satu variabel terikat dan dua variabel bebas. Variabel terikat (Y) adalah Servis Atas Sepak Takraw, sedangkan variabel bebas pertama (X_1) adalah Keseimbangan, dan variabel bebas kedua (X_2) adalah Kekuatan Otot tungkai . Jumlah subjek penelitian yaitu Sepak Takraw Kabupaten Kuantan Singgingi yang berjumlah 12 orang. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik sampel dilakukan melalui deskripsi data dari subyek penelitian untuk masing-masing variabel. Untuk itu berikut ini disajikan nilai rata-rata, simpangan baku, median, modus, distribusi frekuensi, dan histogram data tunggal.



1. Deskripsi Keseimbangan (X_1) Terhadap Servis Atas Atlet Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

Berdasarkan hasil tes Keseimbangan terhadap Atlet sepak takraw. Diperoleh keseimbangan terendah yang dicapai siswa adalah 39.12. dan keseimbangan tertinggi adalah 70.72, nilai rata-rata =49,9 , simpangan baku atau stdv = 9.99, dari sampel yang berjumlah 12 orang.

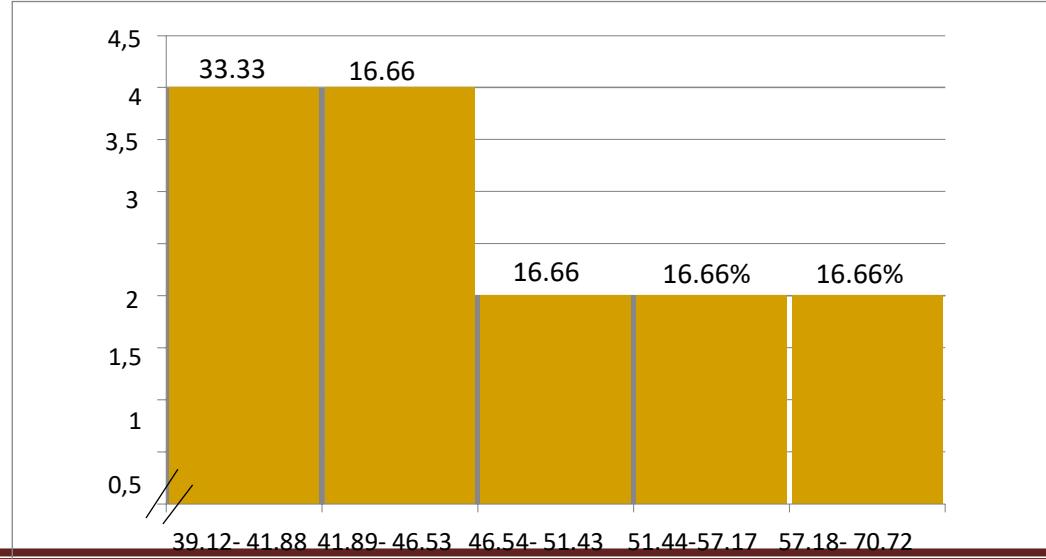
Sebaran Keseimbangan Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi disajikan dalam distribusi frekuensi dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 15 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang terdapat 39.12- 41.88,19 yaitu 4 orang atau 33,33%, pada kelas interval kedua pada rentang 41.89-46.53 terdapat 2 orang atau 16.66%, pada kelas interval ketiga pada rentang 46.54- 51.43 terdapat 2 orang atau 16.66%, pada kelas interval keempat pada rentang 51.44-57.17 terdapat 2 orang atau 16.66%, dan pada kelas interval kelima pada rentang 57.18-70.72 terdapat 2 orang atau 16.66%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Keseimbangan (X_1) Terhadap Servis Atas Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	39.12 - 41.88	4	33.33%
2	41.89 - 46.53	2	16.16%
3	46.54 - 51.43	2	16.16%
4	51.44 - 57.17	2	16.16%
5	57.18 - 70.72	2	16.16%
Jumlah		12	100%

Penyebaran distribusi frekuensi dari Keseimbangan Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi dapat ditunjukkan pada histogram berikut:

Grafik 1. Histogram Sebaran Keseimbangan (X_1) Terhadap Servis Atas Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi





2. Deskripsi Kekuatan Otot Tungkai (X_2) Terhadap Servis Atas Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

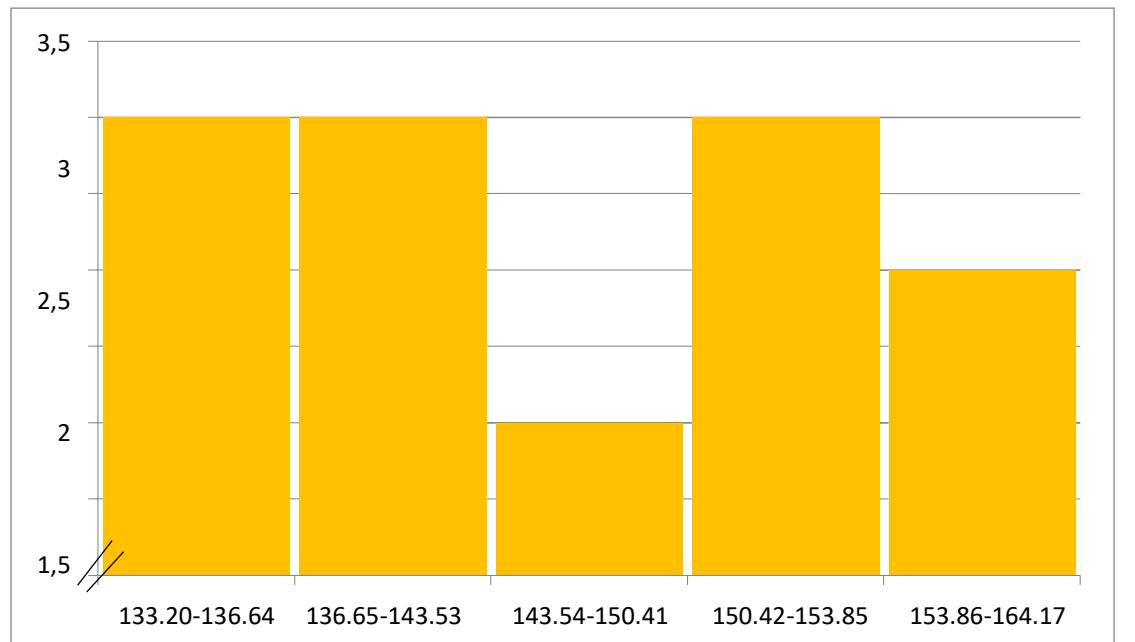
Berdasarkan hasil tes Kekuatan otot tungkai terhadap Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi. Diperoleh Kekuatan otot tungkai terendah yang dicapai siswa adalah 133.20 dan kekuatan otot tungkai dan tangan tertinggi adalah 164.17 nilai rata-rata = 146.67 simpangan baku atau stdv = 10.00, dari sampel yang berjumlah 12 orang.

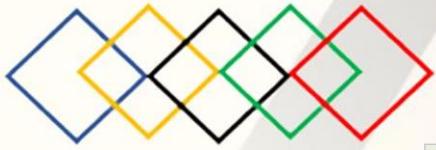
Sebaran data kekuatan otot tungkai Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi disajikan dalam daftar distribusi frekuensi dengan jumlah kelas sebanyak 5 dan panjang kelas 36.00 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 133.20-136.64 terdapat 4 orang atau 33.33%, pada kelas interval kedua pada rentang 136.65-143.53 terdapat 3 orang atau 25%, pada kelas interval ketiga pada rentang 143.54-150.41 terdapat 1 orang atau 8.33%, pada kelas interval keempat pada rentang 150.42-153.85 terdapat 3 orang atau 25%, dan pada kelas interval kelima pada rentang 153.86-164.17 terdapat 2 orang atau 16.66%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kekuatan otot tungkai (X_2) Terhadap Servis Atas Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	133.20 - 136.64	3	25%
2	136.65 - 143.53	3	25%
3	143.54 - 150.41	1	8.33%
4	150.42 - 153.85	3	25%
5	153.86 - 164.17	2	16,66%
Jumlah		12	100%

Grafik 2. Histogram Sebaran Data Kekuatan otot tungkai (X_2) Terhadap Servis Atas Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi



**3. Deskripsi Servis Atas (Y) Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singgingi**

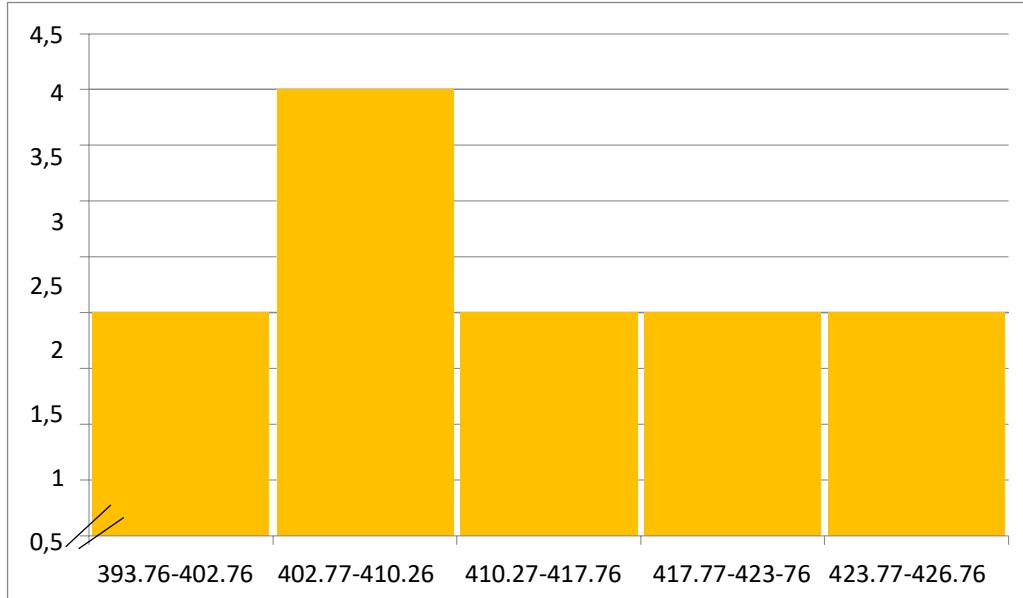
Pengukuran terhadap Servis atas pada atlit sepak takraw putra kabupaten kuantan singgingi, diperoleh Servis Atas terendah yang dicapai adalah 393.76, dan Servis Atas maksimal adalah 426.76 dengan nilai rata-rata = 49.99, simpangan baku atau stdv = 9.99, dari sampel yang berjumlah 12 orang.

Data hasil penelitian dimasukkan ke dalam tabel dengan banyak kelas 5, panjang kelas adalah 93.58 yaitu pada kelas interval pertama pada rentang 393.76-402.76 terdapat 2 orang atau 16,67%, pada kelas interval kedua pada rentang 402.77-410.26 terdapat 4 orang atau 33.33%, pada kelas interval ketiga pada rentang 410.27-417.76 terdapat 2 orang atau 16.66%, pada kelas interval keempat pada rentang 417.77-423.76 terdapat 2 orang atau 16.66%, pada kelas interval kelima pada rentang 423.77-426.76 terdapat 0 orang atau 0%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Servis Atas(Y) Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singgingi

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif	
1	393.76	402.76	2	16.66%
2	402.77	410.26	4	33.33%
3	410.27	417.76	2	16.66%
4	417.77	423.76	2	16.66%
5	423.77	426.76	2	16.66%
Jumlah		12	100%	

Penyebaran distribusi frekuensi dari Servis Atas dapat ditunjukkan padagambar berikut.



Grafik 3. Histogram Frekuensi Data Servis Atas(Y) Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singgingi



Analisis data yang peneliti jabarkan adalah mencari ada atau tidaknya hubungan variabel X1 dengan Y, X2 dengan Y dan X1X2 dengan Y. berikut selengkapnya:

1. Analisis Data Keseimbangan Terhadap Servis Atas Pada Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

Untuk mencari kontribusi Keseimbangan terhadap Servis Atas atlit sepak takraw putra Kabupaten kuantan singgingi adalah dengan menggunakan rumus *pro duck moment*. Dengan konsekuensi perhitungan adalah apabila nilai rhitung < rtabel maka terdapat hubungan yang signifikan antara Keseimbangan dengan Servis Atas begitu juga sebaliknya. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa nilai rhitung = 0,186 dan nilai rtabel = 0,576. Degan dengan demikian nilai rhitung < nilai rtabel berart kedua variabel tidak terdapat hubungan yang signifikan. Untuk lebih jelas dapat dilihat tabel dibawah ini

No	Variabel	N	Hitung	tabel	perbandingan	KD
1	Keseimbangan	12	0.186	0.576	R hitung<Rtabel 0.186<0.576	3,24%
2	Menggiring					

Kesimpulannya : terdapat kontribusi varibel X1 ,Y sebesar 3,24%

2. Analisis Data Kekuatan otot tungkai Terhadap Servis Atas pada Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

Untuk mencari kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap Servis Atas atlit sepak takraw putra Kabupaten kuantan singgingi adalah dengan menggunakan rumus *produck moment*. Dengan konsekuensi perhitungan adalah apabila nilai rhitung < rtabel maka terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot tungkai dengan Servis Atas begitu juga sebaliknya. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa nilai rhitung = 0,433 dan nilai rtabel = 0,576. Degan dengan demikian nilai rhitung < nilai rtabel berart kedua variabel tidak terdapat hubungan yang signifikan. Untuk lebih jelas dapat dilihat tabel dibawah ini

No	Variabel	N	Hitung	tabel	perbandingan	KD
1	Kekuatan otot tungkai	12	0,433	0.576	R hitung<Rtabel 0,433<0.576	18.74%
2	Menggiring					

Kesimpulannya : terdapat kontribusi varibel X1 ,Y sebesar 18.74% tidak signifikan



3. Analisis Data Keseimbangan dan Kekuatan otot tungkai Terhadap ServisAtas pada Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

Untuk mencari kontribusi Keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap Servis atlit sepak takraw putra Kabupaten kuantan singgingi adalah dengan menggunakan rumus *product moment*. Dengan konsekuensi perhitungan adalah apabila nilai rhitung $< r$ tabel maka terdapat hubungan yang tidak signifikan antara Keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap Servis Atas atlit sepak takraw putra Kabupaten kuantan singgingi begitu juga sebaliknya. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa nilai rhitung = -0,022 dan nilai Rtabel = 0,576. Dengan demikian nilai rhitung $<$ nilai rtabel berarti ketiga variabel tidak terdapat hubungan yang signifikan.Untuk lebih jelas dapat dilihat tabel dibawah ini:

No	Variabel	N	Hitung	tabel	perbandingan	KD
1	Keseimbangan	12	-0.022	0.576	R hitung<Rtabel -0,022<0,576	0.051%
2	kekuatan otot tungkai					
3	MenggiringBola					

Kesimpulannya: tidak terdapat kontribusi X₁X₂ dan Y

Kontribusi Keseimbangan terhadap Servis Atas pada Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

Sepak takraw merupakan salah satu dari cabang olahraga permainan bola yang dimana merupakan kombinasi dari permainan sepak bola dengan bola voli dimainkan di lapang bulu tangkis, dan mempunyai peraturan dimana bola tidak boleh menyentuh tanah. Dalam permainan sepak takraw ini, pada umumnya dimainkan oleh dua tim yang dimana masing-masing tim terdiri dari 3 orang pesepak. Namun, permainan sekaligus olahraga satu ini belum digemari oleh masyarakat luas, sebab permainan ini sulit untuk dilakukan, berisiko cedera atau sakit yang lebih besar serta masih terdapat kelompok masyarakat yang menganggap permainan sepak takraw sebagai olahraga yang kasar.Keseimbangan merupakan hal yang terbilang penting dalam sepak takraw Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan persentase kontribusi Keseimbangan terhadap servis atas atlit sepak takraw putra kabupaten kuantan singgingi sebesar 3,24%. Persentase tersebut tidak terdapat kontribusi dalam perhitungan kategori sangat kurang karena rhitung yang didapat adalah 0,186 > rtabel = 0,576



Kontibusi kekuatan otot tungkai terhadap Servis Atas Pada Atlit Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan persentase kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap Servis Atas sebesar 18.74 % persentase tersebut kecil dengan kategori kecil karena rhitung yang didapat adalah $0.433 < R$ tabel 0,576. Mungkin dipengaruhi oleh faktor lain seperti power, kelenturan dan lainnya

Kontribusi Keseimbangan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Servis Atas Pada Atlet Sepak Takraw Putra Kabupaten Kuantan Singingi

Komponen kondisi fisik dimana atlet harus meningkatkan kemampuan dalam menggunakan otot-otot untuk menerima beban. Kekuatan merupakan kemampuan untuk membangkitkan ketegangan otot terhadap suatu tahanan. Kekuatan merupakan komponen yang paling mendasar dan sangat penting dalam olahraga, karena merupakan daya penggerak setiap aktivitas fisik berperan untuk mencegah cedera, dan merupakan komponen dasar bagi komponen kondisi fisik lainnya.

Dalam hal ini tubuh akan menghasilkan otot merah yang dalam sifatnya yaitu lambat saat digunakan atau digerakkan dan tidak cepat lelah karena selalu ada oksigen saat melakukan latihan kekuatan. Keterampilan bermain sepak takraw dapat dipahami sebagai indicator dari tingkat kemahiran. Penguasaan suatu keterampilan motoric ialah sebuah proses dimana seseorang mengembangkan seperangkat respon kedalam suatu pola gerak yang terkoordinasi, terorganisir, dan terintegritas. Jadi servis sepak takraw merupakan serangan pertama disusul regu dalam permainan sepak takraw modern ini, servis untuk mempersulit lawan dan mendapatkan point. Apabila tekong memiliki servis yang kencang dan terarahakan mudah bagi regunya untuk mendapatkan point dan mencapai kemenangan adapun komponen teknik servis diantaranya yaitu, tinggi badan, jangkauan kaki, kekuatan otot tungkai, kelenturan, perkenaan kaki dengan bola, perkenaan bola dengan kaki, putaran badan, lambungan bola dan koordinasi.

Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan persentase kontribusi keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap servis atas dikategorikan tidak terdapat kontribusi dengan nilai rhitung = -0,022 yaitu sebesar 0,051% persentase tersebut dengan kategori tidak terdapat kontribusi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak terdapat Kontribusi yang signifikan pada kontribusi keseimbangan terhadap servis atas atlit sepak takraw putra kabupaten kuantan singgingi Dengan R Hitung 0,186 < R Table 0,576 dengan KD sebesar 3,24%
2. Tidak Terdapat kontribusi yang signifikan terhadap kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap servis atas, dengan R Hitung 0,433 < R Tabel 0,576 dengan KD sebesar 18.74%.
3. Tidak Terdapat kontribusi keseimbangan dan kekuatan otot tungkai dengan R Hitung -0,0022 < R Tabel 0,576 dengan KD sebesar 0,051,%.

**DAFTAR PUSTAKA**

Agus Mukholid . (2004). Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta : Yudhistira

Ahmad, N.N.N. dan M. Sulaiman. 2004. Environmental Disclosures in Malaysian Annual Reports: A Legitimacy Theory Perspective. IJCM 14(1): 44

Arikunto, Suharsimi,2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yokyakarta : Rineka Cipta

Dwikusworo Eri Pratiknyo. 2010. Tes Pengukuran dan Evaluasi Olahraga. Semarang: Wida Karya

Harsono. (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching. Jakarta: Tambak Kusuma

Ismaryati, 2006 *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Cetakan 1. Surakarta: LPP UNS danUNS Prees.

Mudjiman, Haris. (2011). Belajar Mandiri. Surakarta: UNS PRESS

M.Husni Thamrin, dkk (1995). Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepaktakraw.

Yogyakarta: Lemlit IKIP Yogyakarta

Riduwan, 2005 *Pengantar Statistik Untuk Penelitian : Pendidikan, Sosial, Komunikasi, Ekonomi, dan Bisnis*. Bandung : ALFABETA

Widiastuti, (2017). Peningkatan Dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Semarang: Dahara Prize

Sudrajat Prawira Saputra. (1999 – 2000) Sepak Takraw. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral pendidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D – III

Sudarsono, Heri.2012. Bank Dan Lembaga Keuangan Syariah:Deskripsi Dan Ilustrasi. Yogyakarta: Ekosoria

Sudarsono, Heri.2012. Bank Dan Lembaga Keuangan Syariah:Deskripsi Dan Ilustrasi. Yogyakarta: Ekosoria

Suharjana. (2013). Kebugaran Jasmani.Yogyakarta: Jogja Global Media

Yusuf Ucup, dkk. (2001). Pembelajaran Permainan Sepak Takraw. Bandung: FPOK UPI Bandung