

## ABSTRAK

### KONTRIBUSI *POWER* LENGAN DAN FLEKSIBILITAS SENDI BAHU TERHADAP KECEPATAN LEMPARAN *PITCHING* DALAM CABANG OLAHRAGA BASEBALL

(Studi Deskriptif pada Atlet Pelatcab Baseball Kabupaten Bandung)

PEMBIMBING : 1. Drs. Dadan Mulyana M. Pd.  
2. Ira Purnamasari M. Pd.

\*MOCHAMMAD GHALIB FIKHRIN

Dalam cabang olahraga baseball, melakukan teknik gerakan lemparan *pitching* perlu ditunjang oleh komponen kondisi fisik yang mendukung terhadap teknik lemparan *pitching* diantaranya *power* lengan dan fleksibilitas sendi bahu. Memahami tentang keterkaitan variabel tersebut akan berdampak kepada pemahaman yang lebih baik dalam upaya memperbaiki teknik lemparan *pitching* dan variabel yang mempengaruhinya. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat kontribusi yang positif dari *power* lengan dan fleksibilitas sendi bahu baik secara parsial maupun secara bersama-sama terhadap hasil lemparan *pitching* pada cabang olahraga baseball. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pelatcab baseball Kabupaten Bandung dengan populasi 20 orang dan sampel 12 orang. Teknik pengambilan data menggunakan teknik *total sampling*. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan instrumen penelitian menggunakan SKLZ *sports radar* untuk mengukur kecepatan lemparan, *medicine ball throw* untuk mengukur *power* lengan dan *shoulder elevation* untuk mengukur fleksibilitas sendi bahu. Hasil penelitian dengan menggunakan uji parametrik *power* lengan dan fleksibilitas sendi bahu dengan kecepatan lemparan *pitching* menunjukan bahwa kontribusi atau dukungan yang diberikan oleh *power* lengan terhadap kecepatan lemparan *pitching* sebesar 62,38%, fleksibilitas sendi bahu terhadap kecepatan lemparan *pitching* adalah sebesar 60,24%, sedangkan gabungan dari keduanya *power* lengan dan fleksibilitas sendi bahu memberikan kontribusi terhadap kecepatan lemparan *pitching* adalah 77,36%, sedangkan sisanya sebesar 22,64% adalah kontribusi yang diberikan oleh aspek lain terhadap kecepatan lemparan yang tidak diteliti oleh penulis. Kesimpulan dari penelitian ini adalah *power* lengan dan fleksibilitas sendi bahu memberikan kontribusi yang positif terhadap kecepatan lemparan *pitching* dalam cabang olahraga baseball.

\*Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan olahraga angkatan 2010

Mochammad Ghalib Fikhrin, 2014

KONTRIBUSI *POWER* LENGAN DAN FLEKSIBILITAS SENDI BAHU TERHADAP KECEPATAN  
LEMPARAN *PITCHING*  
DALAM CABANG OLAHRAGA BASEBALL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## **ABSTRACT**

### **CONTRIBUTION OF HANDS POWER AND SHOULDER JOINT FLEXIBILITY TOWARD THE SPEED OF PITCHING IN BASEBALL**

*(A Descriptive Study of Athletes at One Baseball Training Center in Kabupaten Bandung)*

**Supervisors : 1. Drs. Dadan Mulyana M. Pd.  
2. Ira Purnamasari M. Pd.**

**\*MOCHAMMAD GHALIB FIKHRIN**

*In Baseball, pitching technique should be supported by the supported physically components: hands power and shoulder joint flexibility. Understanding the variable relation will give the better understanding in correcting pitching technique and its influencing variable. This study was aimed at investigating the presence of the positive contribution between the hands power and shoulder joint flexibility in partially or all together toward the result of pitching in Baseball. This study involved 12 athletes at one Baseball training center in Kabupaten Bandung. The data were collected through total sampling technique. This study applied descriptive method. The instrument contained SKLZ sports radar to measure pitching speed, medicine ball throw to measure hands power, and shoulder elevation to measure shoulder joint flexibility. By using the hands power and shoulder joint flexibility parametric test toward the speed of pitching, the findings showed that the contribution of hands power toward pitching speed is up to 62.38%, while the contribution of shoulder joint flexibility toward pitching speed is up to 60.24%. In addition, the contribution of both hands power and shoulder joint flexibility toward pitching speed is up to 77.36%, whereas the 22.64% is the contribution of other aspects toward pitching speed that were not studied by the researcher. This study can be concluded that both hands power and shoulder joint flexibility gave the positive contribution toward the speed of pitching in Baseball.*

Mochammad Ghalib Fikhrin, 2014

**KONTRIBUSI POWER LENGAN DAN FLEKSIBILITAS SENDI BAHU TERHADAP KECEPATAN LEMPARAN PITCHING  
DALAM CABANG OLAHRAGA BASEBALL**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu