

ABSTRAK

HUBUNGAN KESEIMBANGAN DINAMIS DAN KELENTUKAN SENDI PANGGUL DENGAN HASIL SERVIS DALAM PERMAINAN SEPAKTAKRAW

**Pembimbing: 1. Drs. Yadi Sunaryadi, M.Pd.
2. Muhamad Tafaqur, M.Pd.**

**GILLANG FAJAR SETIADI
2015**

Latar belakang penelitian ini yaitu ingin mengetahui hubungan keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul dengan hasil servis dalam permainan sepak takraw. Adapun masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut: 1) Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dinamis dengan hasil servis dalam permainan sepak takraw? 2) Apakah terdapat hubungan antara kelentukan sendi panggul dengan hasil servis dalam permainan sepak takraw? 3) Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul dengan hasil servis dalam permainan sepak takraw?.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, dengan pendekatan “*One-shot*” model. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik “*total sampling*”, dengan sampel sebanyak 10 orang yang berasal dari atlet sepak takraw kabupaten Ciamis. Instrumen penelitian yang digunakan ialah tes keseimbangan dinamis (*Dinamic Test Of Positional Balance*) dan tes kelentukan sendi panggul (*Pront Split*). Sedangkan untuk mengukur hasil servis menggunakan tes keterampilan servis.

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data diperoleh kesimpulan yaitu: 1) Terdapat hubungan positif antara keseimbangan dinamis dengan kemampuan hasil servis dalam permainan sepak takraw. 2) Terdapat hubungan positif antara kelentukan sendi panggul dengan hasil servis dalam permainan sepak takraw. 3) Terdapat hubungan positif antara keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul secara bersama-sama dengan hasil servis dalam permainan sepak takraw.

Penulis menyarankan agar para pelatih/pembina cabang olahraga sepak takraw lebih memperhatikan kondisi keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul dalam menentukan calon atlet sepak takraw, karena keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul memberikan dukungan yang positif terhadap hasil servis dalam permainan sepak takraw.

Kata Kunci : Keseimbangan Dinamis, Kelentukan Sendi Panggul, Hasil Servis, Sepaktakraw

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN DYNAMIC BALANCE AND FLEXIBILITY OF HIP JOINTS WITH SERVICE RESULT IN SEPAKTAKRAW

TUTOR : 1. Drs. Yadi Sunaryadi, M.Pd.
2. Muhamad Tafaqur, M.Pd.

GILLANG FAJAR SETIADI

**DEPARTMENT COACHING EDUCATION THE FACULTY OF SPORT AND HEALTH EDUCATION
INDONESIA UNIVERSITY OF EDUCATION
2015**

The background of this research is to know relationship between the dynamic balance and flexibility of hip joint with the service results in sepaktakraw game. The problem in this study are: 1) Is there a relationship between the dynamic balance with the service results in sepaktakraw game? 2) Is there a relationship between the flexibility of the hip joint with the service results in sepaktakraw game? 3) Is there a relationship between dynamic balance and flexibility of the hip joint with the service results in sepaktakraw game ?.

The method that used in this research is descriptive method, with a "One-shot" model. The sampling technique in this research using "total sampling" technique, with 10 sepaktakraw athletes from Kabupaten Ciamis as the sample. The research instrument that used is a dynamic balance test (Test Of Positional Dynamic Balance) and hip joint flexibility test (Pront Split). Meanwhile for measuring the results of the service using service skills test.

Based on the results of data processing and analysis we concluded that: 1) There is a positive relationship between the dynamic balance and the ability of the service results in sepaktakraw game. 2) There is a positive relationship between the flexibility of the hip joint with the service results in sepaktakraw game. 3) There is a positive relationship between dynamic balance, flexibility of the hip joint and service results in sepaktakraw game.

The author suggests that the trainers / coaches of sepaktakraw give more attention to the condition of dynamic balance and flexibility of the hip joint in determining the prospective sepaktakraw athlete, because the dynamic balance and flexibility of the hip joint provide positive support for the service results in sepaktakraw game.

Key Word: Dynamic Balance, Flexibility Of Hip Joints, Service Result, Sepaktakraw