

## ABSTRAK

### HUBUNGAN FLEKSIBILITAS PERGELANGAN TANGAN DAN POWER OTOT LENGAN DENGAN HASIL KETEPATAN DAN KECEPATAN SMASH PADA CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS

Teddy Gunawan  
2017

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan power otot lengan dengan hasil ketepatan dan kecepatan *smash* pada cabang olahraga bulutangkis. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan studi korelasional. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah 30 orang anggota UKM Bulutangkis UPI Bandung dengan menggunakan teknik *random sampling* di dapat sampel sebanyak 20 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur goniometer, tes *soft ball throw*, tes ketepatan dan tes kecepatan *smash* dengan aplikasi *kinovea*. Dengan hasil penelitian fleksibilitas pergelangan tangan dengan hasil ketepatan *smash* adalah  $r = 0.703$ , nilai sig.  $0.001 < 0.05$ , dengan kecepatan *smash*  $r = 0.592$ , nilai sig.  $0.006 < 0.05$ , sedangkan hasil penelitian power otot lengan dengan hasil ketepatan *smash* adalah  $r = 0.481$ , nilai sig.  $0.032 < 0.05$ , dengan hasil kecepatan *smash*  $r = 0.625$ , nilai sig.  $0.003 < 0.05$ . Dan fleksibilitas pergelangan tangan dan power otot lengan secara bersama-sama hasil ketepatan *smash* adalah  $r = 0.758$ , nilai sig.  $0.001 < 0.05$ , dengan kecepatan *smash*  $r = 0.754$ , nilai sig.  $0.001 < 0.05$ . Menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan power otot lengan dengan hasil ketepatan dan kecepatan *smash*.

Kata kunci: bulutangkis, fleksibilitas pergelangan tangan, power otot lengan, ketepatan *smash*, kecepatan *smash*

Teddy Gunawan, 2017

HUBUNGAN ANTARA FLEKSIBILITAS PERGELANGAN TANGAN DAN POWER OTOT LENGAN DENGAN HASIL KETEPATAN DAN KECEPATAN SMASH PADA CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS

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

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN WRIST FLEXIBILITY AND ARM MUSCLE POWER WITH THE RESULT OF ACCURACY AND SPEED SMASH ON BADMINTON SPORT**

**Teddy Gunawan  
2017**

The purpose of this study was knowing the relationship between wrist flexibility and arm muscle power with the result of accuracy and speed smash on badminton sport. This study used quantitative method with correlation study. Population used on this study were 30 members UKM Badminton UPI Bandung with used random sampling technique obtained as many 20 person samples. Instrument used on this study were goniometer, soft ball throw test, accuracy smash test, and speed smash test with used kinovea application. The Result of study were wrist flexibility with result of accuracy smash  $r = 0.703$ , value sig.  $0.001 < 0.05$ , with result of speed smash  $r = 0.592$ , value sig.  $0.006 < 0.05$ , while the result of study arm muscle power with result of accuracy smash  $r = 0.481$ , value sig.  $0.032 < 0.05$ , with result of speed smash  $r = 0.625$ , value sig.  $0.003 < 0.05$ . And wrist flexibility and arm muscle power together with result of accuracy smash  $r = 0.758$ , value sig.  $0.001 < 0.05$ , with result of speed smash  $r = 0.754$ , nilai sig.  $0.001 < 0.05$ . It is show that there are relationship between wrist flexibility and arm muscle power with the result of accuracy and speed smash.

Keywords: badminton, wrist flexibility, arm muscle power, accuracy smash, speed smash

**Teddy Gunawan, 2017**

*HUBUNGAN ANTARA FLEKSIBILITAS PERGELANGAN TANGAN DAN POWER OTOT LENGAN DENGAN HASIL KETEPATAN DAN KECEPATAN SMASH PADA CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS*

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