

RELATIONSHIP BETWEEN CURRENT AND MUSCLE POWER ON SERVICE ACCURACY IN SOUTH TAKRAW CLUB OF SMA 1 BENAI BENAI DISTRICT, KUANTAN SINGINGI DISTRICT

Pontas Pamela¹, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO², Aref Vai, S.Pd, M.Pd³
email: .pontaspamela@gmail.com, Mr.Ramadi59@gmail.com, arefvai@gmail.com
No. 082284749072

*Health and recreation Physical education Study program
Faculty for teacher training and education
Riau University*

Abstract: based on study from the sepak takraw athletes of SMA Negeri 1 Benai district, there are still many players who experience errors while serving. Failures that often occur during maintenance, such as: the legs are too stiff and not quite right when maintenance is performed on the opponent's area and very slowly to pass the ball during maintenance. It is suspected that the causal factor is the physical condition of the athlete. The test in this study was to determine the relationship between leg muscle strength and limb extension with servis accuracy in takraw athletes at Benai 1 High School, Kuantan Singingi. The population in this study consisted of all male football athletes from SMA Negeri 1 Benai, Kuantan Singingi district, who were 10. The sample in this study was 10 people with total sampling techniques. The instruments in this study are front split, vertical jump and service accuracy. The data obtained were analyzed using the current product correlation. Based on the analysis of normality test data, X_1 produces L_{count} of 0.2324 and L_{table} 0.256 and X_2 produces L_{count} of 0.1580 and L_{table} 0.256. while the Y variable yields L_{count} of 0.1962 and L_{table} of 0.258. This means that $L_{count} < L_{table}$. The data is normally distributed based on statistical data analysis. Based on the analysis of test requirements above, the hypothesis test on variables X_1 and X_2 against the Y -variable data is $0.573 > 0.666$ $R_{count} > R_{table}$ data. There is therefore no joint relationship between limb extension and leg muscle strength with the accuracy of the service for takraw athletes. Benai 1 High School, Kuantan Singingi Regency.

Key Words: Leg extension, Leg Muscle Power, Service Accuracy

HUBUNGAN KELENTUKAN DAN *POWER* OTOT TUNGKAI TERHADAP KETEPATAN SERVIS PADA *CLUB* SEPAK TAKRAW SMA NEGERI 1 BENAI KABUPATEN KUANTAN SINGINGI

Pontas Pamela¹, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO², Aref Vai, S.Pd, M.Pd³
email: .pontaspamela@gmail.com, Mr.Ramadi59@gmail.com, arefvai@gmail.com
No. 082284749072

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Berdasarkan masalah yang ditemukan pada atlet sepak takraw SMA Negeri 1 Benai, masih banyak pemain yang mengalami kegagalan pada waktu melakukan servis seperti: kaki terlalu kaku dan kurang tepatnya saat melakukan servis ke daerah lawan dan sangat lambat untuk menghatarkan bola pada saat servis. Hal tersebut diduga faktor penyebabnya adalah kondisi fisik atlet. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *power* otot tungkai dan ekstensi tungkai dengan ketepatan servis pada atlet sepak takraw SMA Negeri 1 Benai kabupaten Kuantan Singingi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet putra sepak takraw SMA Negeri 1 Benai kabupaten Kuantan Singingi yang berjumlah 10. Sampel dalam penelitian ini adalah 10 orang dengan menggunakan teknik total sampling. Instrumen dalam penelitian ini adalah *front split*, *vertical jump* dan ketepatan servis. Data yang diperoleh di analisis dengan menggunakan korelasi produk moment. Berdasarkan analisis uji kenormalan data X_1 menghasilkan L_{hitung} sebesar 0.2324 dan L_{tabel} 0,258 dan X_2 menghasilkan L_{hitung} sebesar 0.1580 dan L_{tabel} 0,258, sedangkan variabel Y menghasilkan L_{hitung} sebesar 0,1962 dan L_{tabel} sebesar 0,258 Ini berarti $L_{hitung} < L_{Tabel}$. Berdasarkan analisis data statistik, maka data tersebut berdistribusi normal. Berdasarkan uji persyaratan analisis di atas maka uji hipotesis pada variabel X_1 dan X_2 terhadap variabel Y yaitu data $0,573 > 0.666$ $R_{hitung} > R_{tabel}$ data Dengan demikian, tidak terdapat hubungan secara bersama-sama antara ekstensi tungkai dan *power* otot tungkai terhadap ketepatan servis pada atlet sepak takraw SMA Negeri 1 Benai kabupaten Kuantan Singingi.

Kata Kunci: Ekstensi Tungkai, *Power* Otot Tungkai, Ketepatan Servis

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kegiatan yang bermamfaat dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani, selain untuk memupuk watak, kepribadian, disiplin, sportivitas, olahraga juga dapat meningkatkan kemampuan daya fikir serta perkembangan prestasi. Secara fisiologi olahraga dapat meningkatkan fungsi organ tubuh sistem pernafasan koordinasi saraf, pengaruh sosial dan rohani.

Melalui prestasi olahraga bangsa Indonesia bisa dikenal oleh bangsa lain, karena hal tersebut memiliki sistem yang sudah dituangkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang keolahragaan pasal 4 tentang dasar, fungsi dan tujuan olahraga yaitu:“ Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, disiplin, sportivitas, memperat persaudaraan dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkukuh pertahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa “.

Salah satu cabang olahraga prestasi yang bisa membanggakan Indonesia adalah sepak takraw. Sepak takraw merupakan cabang olahraga tradisional orang melayu, yang muncul dan berkembang di negara-negara kawasan Asia Tenggara seperti: Singapura, Indonesia, Thailand, Brunei Darussalam, Sri Langka, Myanmar, Dan Kamboja (Winarno:2004:01).

Sepak takraw adalah sebuah permainan yang dimainkan di atas lapangan berbetuk empat persegi panjang. Lapangan dibatasi dengan net dengan menggunakan bola yang terbuat dari rotan atau fiber (*Synthetic Fiber*). Permainan ini dilakukan oleh dua regu dengan tujuan memainkan bola serta mengembalikanya kelapangan lawan. Permainan Sepak takraw ini dapat dimainkan dengan seluruh tubuh kecuali lengan. Diawali dengan servis yang dinamakan tekong melakukan di lingkaran servis, setelah servis berhasil melewati net maka pihak lawan mengambil bola dan memainkan bola maksimal tiga kali sentuhan baik oleh seorang maupun rekan satu regu untuk di sebrangkan diatas net sehingga bola jatuh di petak lawan.

Dalam sepak takraw banyak sekali teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain terutama seorang tekong misalnya servis. Servis merupakan teknik yang berperan didalam permainan sepak takraw, karena dengan servis pemain atau regu tersebut dapat memenangkan suatu pertandingan. menurut Suhud (Achmad Sopiyan Hanif, 2011:34 Servis juga merupakan kunci dalam suatu permainan jika seorang tekong servis nya tidak masuk atau tidak melewati net maka point lawan akan bertambah dan juga mental kawan seregunya menjadi turun dan begitu juga sebaliknya. Teknik melakukan servis 1. berdiri di tempat (lingkaran) servis, satu kaki di dalam lingkaran dan satu nya lagi diluar lingkaran. 2. tangan kiri (jika tekong menyepak dengan kaki kanan) menunjukkan jalanya bola yang akan dilambungkan oleh apit sesuai dengan permintaan tekong .3. sebaiknya bola dilambungkan ± setinggi lutut. 4. setelah bola di sepak badan bergerak mengikuti lanjutan gerak kaki sepak untuk menjaga keseimbangan.

Menurut Sajoto(1995:8) daya ledak merupakan daya ledak adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan ototnya untuk berkontryaksi secara terus menerus dalam waktu yang relatif lama dengan beban tertentu. dapat di simpulkan bahwa kemampuan seorang tekong akan baik apabila memiliki power otot tungkai yang baik dan sering melakukan latihan supaya power otot tungkai nya bagus.

Faktor yang mempengaruhi keberhasilan seorang tekong dalam melakukan servis ialah, mental yang baik, menguasai teknik dasar, memiliki kondisi fisik yang baik seperti kelentukan, kekuatan, power, serta ketepatan. Jika seorang tekong sudah memiliki hal tersebut maka servis yang dihasilkan sangat baik dan akurat serta mematikan. Namun berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan pada *club* sepak takraw Kuantan Singingi di temukan beberapa masalah, salah satunya yaitu servis yang menyangkut di net atau tidak melewati net. Menurut Ratinus Darwis dan Penghulu Basa (1991:73) mengemukakan bahwa sepak mula atau service merupakan gerak kerja yang penting dalam sepak takraw karena poin atau angka dapat di peroleh regu yang melaksanakan sepak mula (service).

Melihat dari observasi dan pengamatan peneliti melihat terdapat beberapa masalah yaitu saat melakukan servis, tidak memiliki kelentukan yang baik, tidak memiliki *power* otot tungkai yang baik, bola sering menyangkut di net, bola yang di servis tidak terarah dengan baik, bola yang sudah di servis mudah untuk lawan menerimanya dan saat melakukan servis sering kali badan atau tubuh tekong tidak mengikuti arah kaki jatuh setelah melakukan servis, sehingga hal ini sangat berpengaruh sekali terhadap laju dan tajamnya servis yang di hasilkan.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas peneliti ingin membuktikan dengan mengadakan suatu kajian penelitian yang berjudul: "Hubungan kelentukan dan *power* otot tungkai terhadap ketepatan servis pada *club* sepak takraw SMA Negeri 1 Benai kabupaten Kuantan Singingi"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Jl. Soekarno Hatta No. 01 Benai, dilapangan sepak takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi Provinsi Riau. Di laksanakan pada bulan November s/d Desember 2018. Jenis penelitian ini menggunakan korelasi *product moment (correlation research)* yaitu penelitian korelasi untuk menentukan ada tidaknya hubungan. Berpedoman pada gambaran yang terdapat pada populasi di atas, maka menurut Suharsimi Arikunto (2003:270) pengambilan sampel ditetapkan secara *total sampling*, hal ini mengingat jumlah populasi yang kecil dan akan di jadikan sampel serta pemain yang mengikuti latihan. Dengan demikian sampel diambil atlet pencak silat setia hati teratai yang berjumlah 10 orang.

HASIL DAN PENELITIAN

Deskripsi Data

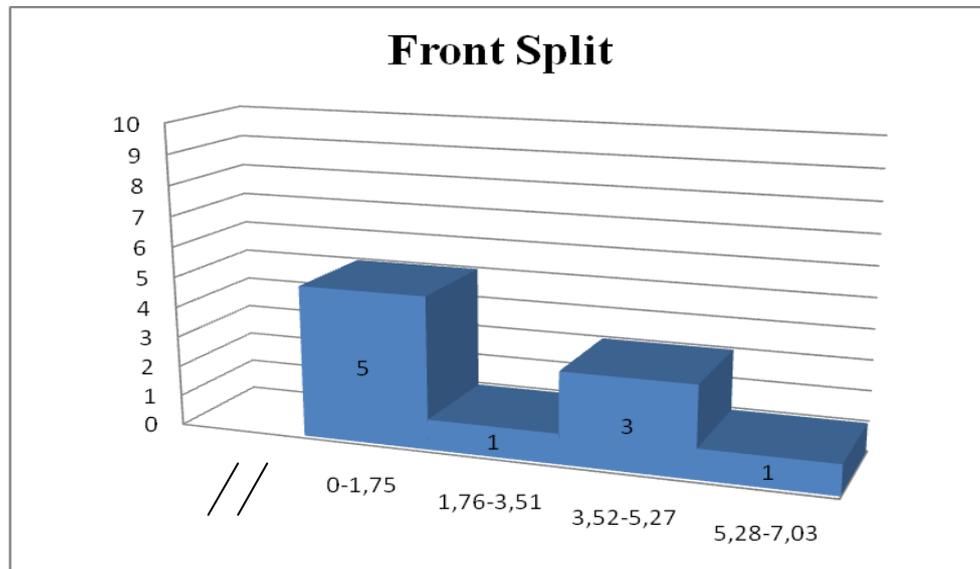
Ekstensi Tungkai

Pengukuran Ekstensi tungkai dilakukan dengan tes *Front Split test* terhadap 10 orang sampel, didapat skor tertinggi 7, skor terendah 0, rata-rata (mean) 2,6, Standar Deviasi 2,54 dan Varians 6,48, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Ekstensi Tungkai (X_1)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	0-1,75	5	50%
2	1,76-3,51	1	10%
3	3,52-5,27	3	30%
4	5,28-7,03	1	10%
Jumlah		10	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 10 sampel, 5 orang (50%) memiliki hasil ekstensi tungkai dengan rentangan nilai 0-1,75, kemudian 1 orang (10%) memiliki hasil ekstensi tungkai dengan rentangan nilai 1,76-3,51, selanjutnya 3 orang (30%) memiliki hasil ekstensi tungkai dengan rentangan nilai 3,52-5,27, kemudian 1 orang (10%) memiliki hasil ekstensi tungkai dengan rentangan nilai 5,28-7,03 kategori sangat baik, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Front Split

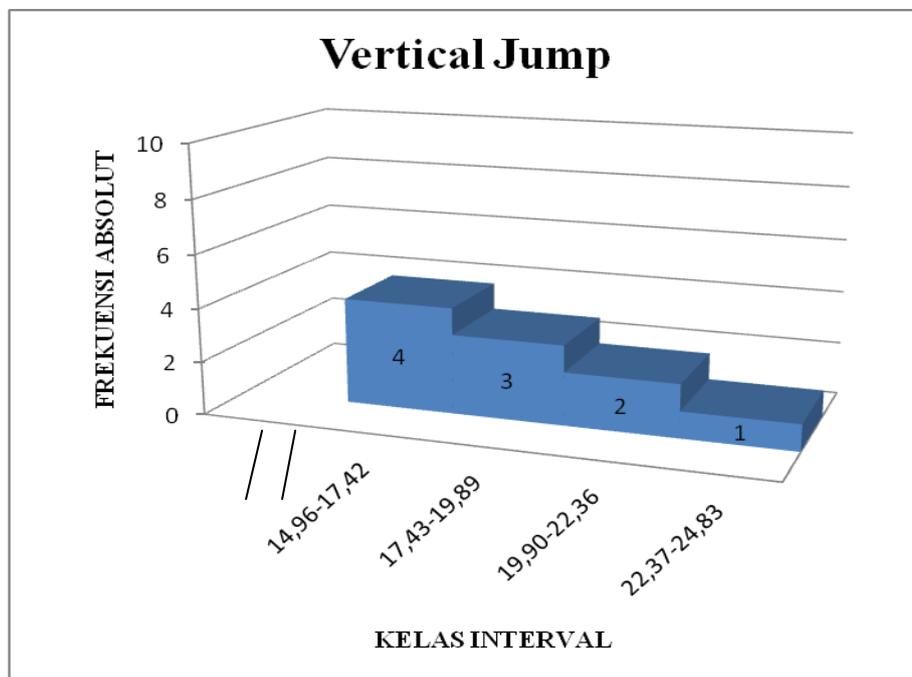
Power Otot Tungkai

Pengukuran *power* otot tungkai dilakukan dengan *vertical jump* terhadap 10 orang sampel, didapat skor tertinggi 24,86, skor terendah 14,96, rata-rata (mean) 18,65, standar deviasi 3,01 varians 9,06, Untuk lebih jelasnya lihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekueasi Variabel *Power* Otot tungkai (X_2)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	14,96-17,42	4	40%
2	17,43-19,89	3	30%
3	19,90-22,36	2	20%
4	22,37-24,83	1	10%
Jumlah		10	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 10 sampel, 4 orang (40%) memiliki power otot tungkai dengan rentangan nilai 12-16 kategori kurang, kemudian 3 orang (30%) memiliki *power* otot tungkai dengan rentangan nilai 17,43-19,89 kategori kurang, selanjutnya 2 orang (20%) memiliki power otot tungkai dengan rentangan nilai 19,90-22,36 kategori kurang, sedangkan 1 orang (10%) memiliki power otot tungkai dengan rentangan nilai 22,37-24,83 kategori kurang. untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Vertical Jump

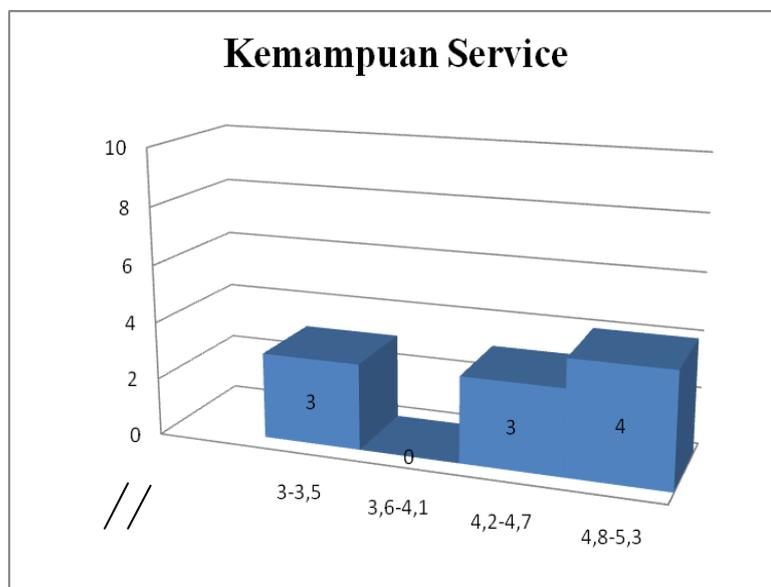
Tes Kemampuan service

Pengukuran kemampuan service dilakukan dengan menservice bola sesuai nomor pada skor yang sudah diberi nilai terhadap 10 orang sampel, didapat skor tertinggi 5, skor terendah 3, rata-rata (mean) 4,1, standar deviasi 0,87 varians 0,76, Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada distribusi frekuensi di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Kemampuan Service (Y)

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	3-3,5	3	30%
2	3,6-4,1	0	0%
3	4,2-4,7	3	30%
4	4,8-5,3	4	40%
Jumlah		10	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 10 sampel, 3 orang (30%) memiliki hasil Kemampuan service dengan rentangan nilai 3-3,5, sedangkan 0 orang (0%) memiliki hasil kemampuan service dengan rentangan nilai 3,6-4,1, kemudian 3 orang (30%) memiliki hasil kemampuan service dengan rentangan nilai 4,2-4,7, selanjutnya 4 orang (40%) memiliki hasil kemampuan service dengan rentangan nilai 4,8-5,3, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Kemampuan Servis

Pengujian Persyaratan Analisis

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini:

No	Variabel	Lo Max	Ltabel	Keterangan
1	Ekstensi Tungkai	0.2324	0,258	Normal
2	Power Otot Tungkai	0.1580	0,258	Normal
3	Kemampuan Service	0.1962	0,258	Normal

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil Lo Max variabel X^1 , ekstensi tungkai, dan power otot tungkai, dan ketepatan servis lebih kecil dari L_{tabel} , maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Perhitungan Koefisien Korelasi Sederhana

Hasil perhitungan koefisien korelasi sederhana dapat dilihat sebagai berikut:

- a. Hasil hitung koefisien korelasi nilai X_1 terhadap Y adalah 0,478
- b. Hasil hitung koefisien korelasi nilai X_2 terhadap Y adalah 0,363

Pengujian Hipotesis

1. Uji Hipotesis Satu

Pengujian hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara Ektensi tungkai dengan hasil kemampuan service. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata kemampuan service sebesar 4,1, dengan standard deviasi 0,87. Untuk skor rata-rata ekstensi tungkai didapat 18,65 dengan standar deviasi 3,01. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara ekstensi tungkai dan kemampuan service, dimana r_{hitung} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,666 berarti, r_{hitung} (0,478) < r_{tab} (0,666), artinya hipotesis ditolak dan tidak terdapat hubungan yang berarti antara ekstensi tungkai dengan Kemampuan Service pada Club Sepak Takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

Tabel 5. Analisis Korelasi Antara Ektensi Tungkai Terhadap Kemampuan Service (X_1 -Y)

Dk=N-1	r_{hitung}	r_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
9	0.478	0.666	Ha ditolak

Hasil analisis korelasi menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ekstensi tungkai dengan ketepatan servis pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

2. Uji Hipotesis Dua

Pengujian hipotesis kedua yaitu terdapat hubungan antara power otot tungkai dengan hasil Kemampuan service. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata Kemampuan Service sebesar 4,1, dengan standar deviasi 0,87. Untuk skor rata-rata power otot tungkai didapat 18,65 dengan standar deviasi 3,01. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara power otot tungkai dan Kemampuan Service, dimana r_{hitung} pada taraf signifikan α (0,05) = 0,666 berarti, r_{hitung} (0,363) < r_{tab} (0,666), artinya hipotesis ditolak dan tidak terdapat hubungan yang berarti antara power otot tungkai dengan Kemampuan Service pada Club Sepak Takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

Tabel 7. Analisis Korelasi Antara *Power* Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Service (X_2 - Y)

Dk=n-1	r_{hitung}	r_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
9	0,363	0.666	Ha ditolak

Hasil analisis korelasi menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara power otot tungkai dengan kemampuan servis pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

3. Uji Hipotesis Tiga

Pengujian hipotesis tiga yaitu terdapat hubungan antara ekstensi tungkai dan power otot tungkai dengan Kemampuan Service. Berdasarkan analisis dilakukan, maka diperoleh analisis korelasi antara ekstensi tungkai dan power otot tungkai sebagai berikut:

Tabel 8. Analisis Korelasi Antara Ekstensi Tungkai Dan *Power* Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Service (X_1, X_2 - Y)

Dk=N-1	R_{hitung}	R_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
11	0.105	0.666	Ha ditolak

Hasil analisis korelasi $R_{hitung} > R_{tabel}$ menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ekstensi tungkai dan power otot tungkai terhadap Kemampuan Service pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$. Dari tabel diatas terlihat bahwa data hasil korelasi antara Ekstensi Tungkai dan Kemampuan Service menghasilkan r_{hitung} sebesar 0,105 dan r_{tabel} sebesar 0, 666. Ini berarti r_{hitung} lebih kecil dari r_{Tabel} sehingga Ha ditolak.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data penelitian Ekstensi tungkai (X_1) diatas dari 10 orang sampel terdapat 3 orang dengan nilai 0, dan 2 orang nilai 1, 2 orang nilai 5, dan 1 orang nilai 7 dengan jumlah 26 dan mean 2,6. Dan dari 10 orang untuk hasil data penelitian kemampuan service (Y) dari 10 sampel terdapat 3 orang dengan nilai 5 dan 3 orang dengan nilai 3 dan 4 orang dengan nilai 4 dengan jumlah 41 dan mean 4,1.

Perhitungan korelasi antara ekstensi tungkai (X_1) dengan Kemampuan Service (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2002:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara ekstensi tungkai dengan Kemampuan Service diperoleh r_{hitung} 0.478 sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0.666. Berarti dalam hal ini tidak terdapat hubungan antara ekstensi tungkai dengan Kemampuan Service. dengan

demikian harapan yang diinginkan peneliti bahwa ekstensi tungkai yang dimiliki atlet maka semakin baik pula hasil *service* yang diperoleh tidak tercapai. hal ini berarti jika seseorang yang mempunyai kelenturan yang baik, maka belum tentu dapat menghasilkan *service* yang baik.

Dari penjelasan di atas jelas bahwa ekstensi tungkai tidak memberikan pengaruh terhadap Kemampuan Service dalam permainan sepak takraw. Ini terlihat dari hasil perhitungan analisis yang menyatakan tidak terdapat hubungan signifikan antara ekstensi tungkai terhadap Kemampuan Service yang ditentukan dari hasil analisis, artinya masih ada yang lebih berpengaruh untuk mendapatkan hasil *service* yang baik selain dari ekstensi tungkai.

1. Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Service (X_2 .Y)

Berdasarkan hasil data penelitian power otot tungkai (X_2) diatas dari 10 orang sampel terdapat 3 orang dengan nilai 16,53, dan 2 orang nilai 18,89, 2 orang nilai 20 - 21, dan 1 orang nilai 24,80 dengan jumlah 186,57 dan mean 18,65. Dan dari 10 orang untuk hasil data penelitian kemampuan service (Y) dari 10 sampel terdapat 3 orang dengan nilai 5 dan 3 orang dengan nilai 3 dan 4 orang dengan nilai 4 dengan jumlah 41 dan mean 4,1.

Perhitungan korelasi antara power otot tungkai (X_1) dengan Kemampuan Service (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 2002:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara power otot tungkai dengan Kemampuan Service diperoleh r_{hitung} 0.363 sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0.666. Berarti dalam hal ini tidak terdapat hubungan antara power otot tungkai dengan Kemampuan Service. dengan demikian harapan yang diinginkan peneliti bahwa semakin power otot tungkai yang dimiliki atlet maka semakin baik pula hasil *service* yang diperoleh tidak tercapai. hal ini berarti jika seseorang yang mempunyai power yang baik, maka belum tentu dapat menghasilkan *service* yang baik.

Dari penjelasan di atas jelas bahwa power otot tungkai tidak memberikan pengaruh terhadap Kemampuan Service dalam permainan bolavoli. Ini terlihat dari hasil perhitungan analisis yang menyatakan tidak terdapat hubungan signifikan antara power otot tungkai terhadap Kemampuan Service yang ditentukan dari hasil analisis, artinya masih ada yang lebih berpengaruh untuk mendapatkan hasil smash yang baik selain dari power otot tungkai.

2. Hubungan antara ekstensi tungkai dan power otot tungkai dengan hasil Kemampuan Service

Berdasarkan hasil data penelitian Ektensi tungkai (X_1) diatas dari 10 orang sampel terdapat 3 orang dengan nilai 0, dan 2 orang nilai 1, 2 orang nilai 5, dan 1 orang nilai 7 dengan jumlah 26 dan mean 2,6. Dan dari 10 orang untuk hasil data penelitian power otot tungkai (X_2) diatas dari 10 orang sampel terdapat 3 orang dengan nilai 16,53, dan 2 orang nilai 18,89, 2 orang nilai 20 - 21, dan 1 orang nilai 24,80 dengan jumlah 186,57 dan mean 18,65

Untuk mengetahui hubungan dari dua variabel atau lebih digunakan rumus korelasi ganda. Dari hasil perhitungan diperoleh koefisien korelasi ganda (uji R) didapat

$R_{hitung} = 0.573$ sedangkan R_{tabel} diperoleh sebesar 0.666, jadi $R_{hitung} > R_{tabel}$, artinya tidak terdapat hubungan secara bersama-sama antara ekstensi tungkai (X_1) dan Power otot tungkai (X_2) dengan kemampuan Kemampuan Service (Y).

Berdasarkan uraian di atas jelas bahwa kedua faktor tersebut tidak dapat mempengaruhi hasil Kemampuan Service yang dilakukan seseorang dalam permainan sepak takraw. Harapan peneliti yang menginginkan baik *ektensi* tungkai dan semakin power otot tungkai seseorang maka semakin baik juga seseorang untuk mengarahkan bola dengan tepat ke daerah lawan seperti halnya melakukan *service*.

Kenyataan dari hasil yang diperoleh yang menyatakan tidak terdapat hubungan ekstensi tungkai dan power otot tungkai dengan Kemampuan Service. Ternyata hipotesis yang yang dibuatkan oleh peneliti terjawab bahwa tidak terdapat hubungan antar ke tiga variabel tersebut.

Akan tetapi dari hasil yang diperoleh oleh peneliti, sebenarnya memiliki banyak kelemahan yang menyebabkan tidak terdapatnya hubungan dari ke tiga variabel yang diteliti oleh peneliti. Kelemahan yang paling jelasnya adalah peneliti tidak bisa mengontrol dengan sepenuhnya atlet-atlet pada saat melakukan tes. Hal ini mungkin dikarenakan antara peneliti dengan sampel yang diteliti teman sepermainan, sehingga atlet pun kurang serius dalam melakukan tes.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1. Dari hasil yang diperoleh ekstensi tungkai tidak mempunyai hubungan dengan Kemampuan Service pada atlet club Sepak Takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuatan Singingi. 2. Dari hasil yang diperoleh power otot tungkai tidak mempunyai hubungan dengan Kemampuan Service pada club sepak takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuatan Singingi. 3. Tidak terdapat hubungan secara bersama-sama antara ekstensi tungkai dan power otot tungkai terhadap Kemampuan Service pada club sepak takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuatan Singingi.

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan rekomendasi sebagai berikut:

1. Pelatih dapat memperhatikan ekstensi tungkai dan power otot tungkai pada club sepak takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuatan Singingi.
2. Bagi atlet agar dapat memperhatikan dan menerapkan ekstensi tungkai maupun power otot tungkai untuk menunjang Kemampuan Service.

3. Bagi atlet agar memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan Kemampuan Service.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan Kemampuan Service.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi.(2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*, Rineka Cipta : Jakarta.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*, P2LPTK: Jakarta.
- PERSETASI.(2002). *Instrument pemanduan bakat sepak takraw.Direktur olahraga pelajar & mahasiswa*.
- Ritonga,zulfan. (2007). *Statistika untuk ilmu-ilmu sosial*. Cendikia Insani. Pekanbaru.
- Sajoto. (1995). *Peningkatan dan pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam olahraga*. Dahara Prize. Semarang.
- Suhud. (1984). *Sepak takraw*. Jakarta: PB. **PERSETASI**
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga, PT Bumi Timur Jaya*.
- Zalfendi dan Bahar Asril.(2008). *Sepaktakraw Rules dan Relagulations*. Padang.
- Winarno.(2004). *Pengembangan permainan sepak takraw* . Jakarta: Center for human capacity development.
- Ratino Darwis dan Penghulu Basa.(1991/1992). *Olahraga pilihan sepak takraw*.Padang.