

ABSTRAK

M. Junaid Al Rosyid. 2010. *Hubungan Antara Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Power Lengan Dengan Hasil Pukulan Forehand overhead lob Pada Atlet Putra Usia 10-14 Tahun PB Matahari Terbit Semarang Tahun 2010.* Skripsi, Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Suratman, S.Pd, M.Pd dan Dr Khomsin, M.Pd

Kata kunci : Kelentukan pergelangan tangan, *power* lengan dan hasil pukulan *forehand overhead lob*.

Permasalahan penelitian ini adalah : 1) Apakah ada hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob*? 2) Apakah ada hubungan antara *power* lengan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob*? 3) Apakah ada hubungan bersama antara kelentukan pergelangan tangan dan *power* lengan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob*? Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : 1) Hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob* pada atlet putra usia 10 – 14 tahun PB Matahari Terbit Semarang tahun 2010. 2) Hubungan antara *power* lengan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob* pada atlet putra usia 10 – 14 tahun PB Matahari Terbit Semarang tahun 2010. 3) Hubungan bersama antara kelentukan pergelangan tangan dan *power* lengan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob* pada atlet putra usia 10 – 14 tahun PB Matahari Terbit Semarang tahun 2010.

Metode penelitian yang digunakan metode survey tes. Populasi penelitian sebanyak 15 atlet, untuk memperoleh homogenitas dalam penelitian ini maka menggunakan jenis kelamin pria dengan *total sampling* di peroleh sampel sebanyak 15. Variabel penelitian meliputi variabel bebas (prediktor) terdiri dari 1) Kelentukan pergelangan tangan (X_1), 2) *Power* lengan (X_2) dan variabel terikat (kriterium) atau Y adalah hasil pukulan *forehand overhead lob*. Rancangan penelitian menggunakan desain korelasional. Instrumen penelitian: 1) Tes kelentukan pergelangan tangan, 2) Tes *power* lengan, 3) Tes pukulan *forehand overhead lob*. Metode analisis data menggunakan uji analisis tunggal maupun ganda. Olah data menggunakan SPSS 17.

Hasil analisis data penelitian diperoleh harga : 1) Koefisien korelasi r_{x_1y} , kelentukan pergelangan tangan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob* sebesar 0,552 sedangkan r_{tabel} dengan $\alpha (0,05) = 0,514$, jadi ada hubungan yang signifikan antara kelentukan pergelangan tangan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob*. 2) Koefisien korelasi r_{x_2y} , *power* lengan dengan pukulan *forehand overhead lob* sebesar 0,693 sedangkan r_{tabel} dengan $\alpha (0,05) = 0,514$, jadi ada hubungan yang signifikan antara *power* lengan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob*. 3) Koefisien korelasi $r_{x_{12}y}$, kelentukan pergelangan tangan dan *power* lengan dengan pukulan *forehand overhead lob* sebesar 0,756 sedangkan r_{tabel} dengan $\alpha (0,05) = 0,514$, jadi ada hubungan yang signifikan antara kelentukan pergelangan tangan dan *power* lengan dengan hasil pukulan *forehand overhead lob*.