

SARI

Faris Khairul Navalia, 2010. *Hubungan Antara Power Lengan, Kekuatan Tangan, dan Panjang Lengan Dengan Kemampuan Pukulan Service Panjang Pada Pemain Pemula Putra PB. Tugu Muda Semarang.* Skripsi. Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Suratman, S.Pd, M.Pd dan Drs. Rubiyanto Hadi, M.Pd.

Permasalahan penelitian ini adalah: 1) Apakah ada hubungan antara *power* lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 2) Apakah ada hubungan antara kekuatan tangan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 3) Apakah ada hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 4) Apakah ada hubungan antara *power* lengan, kekuatan tangan, panjang lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang. Tujuan penelitian ini adalah 1) Untuk mengetahui hubungan antara *power* lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 2) Untuk mengetahui hubungan antara kekuatan tangan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 3) Untuk mengetahui hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang pada, 4) Untuk mengetahui hubungan antara *power* lengan, kekuatan tangan, dan panjang lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang.

Metode penelitian ini menggunakan survei tes. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain pemula putra PB. Tugu Muda Semarang tahun 2010 sebanyak 10 orang. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *power* lengan, kekuatan tangan, dan panjang lengan, sedangkan variabel terikatnya kemampuan pukulan *service* panjang. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan teknik survei tes dan pengukuran. Analisis data penelitian menggunakan teknik regresi tunggal dan ganda menggunakan program SPSS versi 15, menggunakan taraf signifikansi 5%

Hasil analisis data penelitian dengan uji F untuk $r_{X_1-Y} = 28,450$ atau signifikansi 0,001; uji F untuk $r_{X_2-Y} = 38,552$ atau signifikansi 0,000; uji F untuk $r_{X_3-Y} = 28,290$ atau signifikansi 0,001 dan uji F untuk $r_{X_{123}-Y} = 12,960$ atau signifikansi 0,005. Berdasarkan uji F tersebut dapat disimpulkan: 1) Ada hubungan yang antara *power* lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 2) Ada hubungan antara kekuatan tangan dengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 3) Ada hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang, 4) Ada hubungan antara *power* lengan, kekuatan tangan, dan panjang lengan dengan kemampuan pukulan *service* panjang.

Berdasar pada simpulan, disarankan: 1) Bagi pelatih dalam melatih pukulan *service* panjang hendaknya diimbangi dengan peningkatan kondisi fisik berupa latihan *power* lengan dan kekuatan tangan sehingga tercapai tujuan yang diharapkan yaitu pukulan *service* panjang yang optimal, 2) Bagi para pemain pada saat melakukan pukulan *service* panjang disarankan agar kemampuan panjang lengan yang dimiliki lebih dimaksimalkan saat bermain, sehingga pukulan yang dihasilkan keras tepat pada sasaran, 3) Perlu kiranya dilakukan penelitian lebih lanjut untuk meneliti faktor-faktor lain agar diperoleh informasi yang lengkap terkait dengan faktor yang mempengaruhi keberhasilan pukulan *service* panjang.