

**HUBUNGAN *POWER* OTOT TUNGKAI DAN KESEIMBANGAN DENGAN
SERVIS ATAS PADA PERMAINAN SEPAKTAKRAW MAHASISWA
PENJASKES PUTRA FKIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2013
KAMPUS PALEMBANG**

Skripsi Oleh :

Leon Gusrizan

Nomor Induk Mahasiswa 06101406031

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2014**

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Leon Gusrizan**

NIM : **06101406031**

Program Studi : **Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

Dengan ini saya nyatakan bahwa skripsi dengan judul “hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepakakraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 kampus Palembang” ini seluruhnya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan Plagiat di Perguruan Tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Palembang, Mei 2014

Yang membuat pernyataan

LEON GUSRIZAN

NIM 06101406031

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan skripsi ini untuk :

*Ayahanda **Amanan Sueb** tercinta dan Ibunda **Zainoni** tersayang sebagai bukti akan bakti dan cintaku. Berkat ridhomu aku bisa meraih apa yang aku inginkan.*

*Saudaraku tersayang “ **Liza Fesia, Tide Liamazon, dan Desti Sliani**”, berkat do’a, pengorbanan, dan kasih sayang mu, aku mempersembahkan yang terbaik.*

*Seluruh teman-temanku Penjaskes 2010 “**Ary, Riki, Rian, Merza, Inggit, Yeppi, Tiara, Slamet, Andreas, Merly, Mutia, Joni, Purwansyah, Like, Bagus, Reynaldo, Umar, Riko, Rahmat, May, Denes, Ali, Medi**”.*

Seluruh Mahasiswa pembinaan sepaktakraw Universitas Sriwijaya angkatan 2008, 2009, 2010, 2013.

*Teman-teman praktek pengalaman lapangan (PPL) “**Nurlaili, Mita, Dian, Dewi, Nisma, putri, Linda, Winda, Nopi, Meta, Reza, Yolan, Ocha**”*

*Teman – teman cantigi “**Arizky, Slamet, Sandy, Fajri, Nopan, Hudi, Anca, Mamed, Bopak, Eki, Julkani, Fikri, Sugeng, Amir, Doni, Kak Silo, Kak Nanda, Tika, inggit, Azmi,** ”.*

*Teman Kecil, Band dan Fifa “**Adnan, Ibeng, Snezar, Aji, Deni, Jhonsen, Wawan, Modon, Reki, Yusuf**”.*

Teman-teman di UNSRI Palembang pada umumnya dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan angkatan 2009,2010, 2011, 2012, 2013 khususnya, terima kasih atas persahabatan dan jalinan kebersamaannya selama ini.

*Staf Tata Usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan “**Pak Zul, dan Buk Janna’** ”, telah membantu dalam penyelesaian skripsi.*

Agama, Bangsa, dan Almamaterku.

Motto:

“Menjadi orang berharga yang bukan hebat dalam segala hal, akan tetapi orang yang bisa menemukan hal sederhana dalam hidup serta mengucap syukur ”.

“Modal itu bukan uang akan tetapi modal itu adalah teman”

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa shalawat serta salam tercurah kepada Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya sekalian hingga akhir zaman, yang atas izin Allah SWT telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Alhamdulillah, berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “ hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepak takraw mahasiswa penjas kes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 kampus Palembang”. Penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Palembang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik isi maupun penulisannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dan akan penulis terima dengan hati terbuka. Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan dunia olahraga sepak takraw pada umumnya.

Wassalam,

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepak takraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 Kampus Palembang”. Penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Palembang.

Pelaksanaan penyusunan skripsi ini, banyak pihak yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam memberikan bantuan serta bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A. Selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak. Sofendi, M.A.Ph.D. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.
3. Bapak Drs. Waluyo, M.Pd. Selaku Ketua program studi Penjaskes, serta Selaku pembimbing I, yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan motivasi dan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Iykrus M.kes, selaku pembimbing II yang telah banyak mencurahkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan skripsi ini, serta selalu membimbingku seperti halnya orang tua ku sendiri.
5. Seluruh dosen FKIP Penjaskes yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di perguruan Tinggi Universitas Sriwijaya.
6. Para staf Tata Usaha FKIP yang telah membantu dan memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas sriwijaya angkatan 2013 Kampus Palembang, yang telah berkenan dalam penelitian ini.
8. Yang tercinta ayahanda Amanan Sueb dan Ibunda Zainoni yang telah menjadi acuan, dan memberikan dukungan baik moril maupun spiritual, dengan penuh kasih sayang yang tulus yang tidak dapat diberikan dari orang lain.

9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas bantuan dan kerjasamanya yang telah diberikan pada penelitian ini.

Terakhir kepada pihak–pihak yang telah membantu terwujudnya skripsi ini, yang belum Penulis sebutkan di atas semoga mendapatkan imbalan yang berlipat ganda dari Allah Swt dan memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada Kita semua.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan dilingkungan Universitas Sriwijaya pada umumnya dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program studi Penjaskes pada khususnya.

Palembang, Mei 2013

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN	ii
PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR TABEL	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1. Latar Belakang.....	1
I.2. Identifikasi Masalah.....	4
I.3. Batasan Masalah	4
I.4. Rumusan Masalah.....	4
I.5. Tujuan Penelitian	5
I.6. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Hakekat <i>Power</i> Otot Tungkai.....	6
2.2. Hakekat Keseimbangan.....	8
2.3. Hakekat Sepaktakraw.....	9
2.4. Hakekat Servis	10
2.5. Teknik Servis Atas.....	11
2.6. Sarana dan Prasarana Sepaktakraw.....	12
2.7. Kerangka Berfikir	13
2.8. Hipotesis.....	15
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	15
3.1. Jenis Penelitian	16
3.2. Rencana Penelitian.....	16

3.3.	Populasi dan Sampel	17
3.3.1.	Populasi.....	17
3.3.2.	Sampel.....	17
3.4.	Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	17
3.4.1.	Variabel.....	17
3.4.2.	Definisi Operasional Variabel.....	17
3.5.	Instrument Penelitian	18
3.5.1.	Tes Power Otot Tungkai	18
3.5.2.	Tes Pengukuran Keseimbangan.....	19
3.5.3.	Tes Servis.....	20
3.6.	Metode Pengumpulan Data	21
3.7.	Teknik Analisis Data.....	21
3.7.1.	Uji Normalitas Data.....	22
3.7.2.	Analisis Korelasi Data.....	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		26
4.1	Hasil Penelitian	26
4.1.1	Deskripsi Data Penelitian	26
4.1.2	Deskripsi Hasil tes Power Otot Tungkai	26
4.1.3	Deskripsi hasil tes Keseimbangan	27
4.1.4	Deskripsi hasil tes Servis Atas Sepaktkraw	27
4.1.5	Uji Normalitas <i>Vertical Jump</i>	27
4.1.6	Uji Normalitas Keseimbangan	28
4.1.7	Uji Normalitas tes Servis Atas Sepaktakraw	29
4.1.8	Metode Analisis Data	30
4.2	Pembahasan	30

BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	34
5.1 Simpulan.....	34
5.2 Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Daftar Riwayat Hidup	37
2. SK. Pembimbing	38
3. Lembar Usul Judul	42
4. Lembar Persetujuan Ujian Proposal.....	43
5. Lembar Telah Diseminarkan	44
6. SK. Penelitian dari UNSRI.....	45
7. SK. Penelitian dari Dekan	46
8. Dokumentasi	47
9. SK. Dari prodi.....	56
10. SK Telah Melakukan Penelitian	57
11. Hasil tes <i>power</i> otot tungkai (<i>Vertical jump</i>)	58
12. Daftar distribusi hasil perhitungan <i>vertical jump</i>	59
13. Daftar distribusi hasil perhitungan Tskor Variabel X_1	60
14. Daftar hasil tes keseimbangan (<i>stork stand</i>).....	62
15. Daftar distribusi hasil perhitungan tes keseimbangan.....	63
16. Daftardistribusihasilperhitungan TskorVariabel X_2	64
17. Daftar hasil tes servis atas	66
18. Daftar distribusi hasil perhitungan Tes Servis atas.....	67
19. Daftar distribusi hasil perhitungan TskorVariabel Y	68
20. Hasil Tskor X_1, X_2 dan Y	70
21. Uji Normalitas Sampel Tes Vertical Jump	72
22. Uji Normalitas Sampel Tes Keseimbangan.....	74

23.	Uji Normalitas Sampel Tes Servis Atas.....	76
24.	Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi.....	83
25.	Jadwal Kegiatan.....	83
26.	Lampiran Revisi Skripsi.....	84
27.	Lampiran Kartu Pembimbing	85

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 1. Hasil Tes <i>Power</i> Otot Tungkai (<i>Vertical Jump</i>).....	58
2. Tabel 2. Daftar Distribusi Hasil Perhitungan <i>Vertical Jump</i>	59
3. Tabel 3. Daftar Distribusi Hasil Perhitungan Tskor Variabel X_1	60
4. Tabel 4. Daftar Hasil Tes Keseimbangan (<i>Stork Stand</i>).....	62
5. Tabel 5. Daftar distribusi hasil perhitungan Tes Keseimbangan	63
6. Tabel 6. Daftar distribusi hasil perhitungan Tskor Variabel X_2	64
7. Tabel 7. Daftar Hasil Tes Servis Atas	66
8. Tabel 8. Daftar distribusi hasil perhitungan tes servis atas	67
9. Tabel 9. Daftar distribusi hasil perhitungan Tskor Variabel Y.....	68
10. Tabel 10. Daftar hasil Tskor X_1, X_2 dan Y	70
11. Tabel 11. Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi.....	83
12. Tabel 12. Jadwal Penelitian	83

ABSTRAK

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan *Power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepak takraw. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu memecahkan masalah yang dialami dan mendeskripsikan seberapa besar Hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepak takraw. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Korelasi*. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 kampus Palembang, sampel penelitian ini berjumlah 37 orang. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah teknik tes, sedangkan teknik analisis data menggunakan uji korelasi. Hasil pengolahan dan analisis data menunjukkan adanya hubungan *power* otot tungkai dengan servis atas pada permainan sepak takraw sebesar 0,29 Hasil pengolahan dan analisis data menunjukkan adanya hubungan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepak takraw sebesar 0,29 Hasil pengolahan dan analisis data menunjukkan adanya hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepak takraw sebesar 0,70. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepak takraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 Kampus Palembang. Hal ini dapat dilihat dari hubungan rata-rata sebesar 0.70.

Kata kunci: *Power* Otot Tungkai, Keseimbangan, Servis Atas Permainan Sepak takraw

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Indonesia salah satu negara berkembang, perkembangannya banyak mengarah diberbagai bidang, salah satunya pada bidang olahraga. bidang olahraga pun banyak cabangnya, perkembangan cabang olahraga sepaktakraw misalnya. Permainan sepaktakraw ini dasarnya dari permainan sepak raga yang dimodifikasi untuk menjadi suatu permainan yang dipertandingkan. Menurut Zalfendi (2009:1-3) permainan sepak raga merupakan olahraga tradisional, yaitu suatu permainan rakyat yang dulu kala terdapat dan populer di beberapa daerah di Indonesia. Permainan ini sangat digemari dan dimainkan oleh beberapa orang dalam lingkaran, yang disebut permainan sepak raga bulatan.

Pada tahun 1945 permainan sepak raga bulatan dimodifikasi yaitu dimainkan diatas lapangan empat persegi panjang dan ditengahnya dipasang jaring yang dinamakan sepak raga jaring. Dalam musyawarah yang diadakan federasi sepaktakraw asia pada tahun 1965 di Malaysia disepakati bersama nama sepak raga jaring diganti namanya dengan permainan sepaktakraw. Menurut Iyakrus (2012: 1) sepaktakraw adalah suatu permainan yang menggunakan bola yang terbuat dari rotan. dalam permainan ini yang digunakan terutama kaki, bola dimainkan dengan memantulkan lewat jaring. tujuan setiap pihak adalah mengembalikan bola sedemikian rupa sehingga dapat jatuh dilapangan lawan atau menyebabkan lawan membuat pelanggaran atau bermain salah. Menurut S.Haryono (1980) bermain sepaktakraw yang baik, seseorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan yang baik. kemampuan yang dimaksud adalah kemampuan dasar bermain sepaktakraw. tanpa kemampuan itu seseorang tidak akan bisa bermain. kemampuan dimaksud adalah menyepak dengan menggunakan bagian-bagian kaki,

memainkan bola dengan kepala, dengan dada, dengan paha, dengan bahu, dan dengan menggunakan telapak kaki (Iyakrus,2012:19).

Servis atas merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak takraw, servis dalam permainan sepak takraw ada 2 jenis yaitu servis bawah dan servis atas, menurut Iyakrus(2012:26) servis yang baik adalah servis yang dapat mencari sasaran yang lemah dan sukar untuk menerimanya bahkan mengontrolnya, salah satu jenis servis yang dimaksud servis atas yang pelaksanaannya terdiri dari saat awalan, saat tolakan, saat perkenaan bola dengan kaki, saat kaki mendarat. Menurut Iyakrus (2012:27) servis atas dilakukan dengan gerakan. Saat awalan, berdiri didalam lingkaran dengan salah satu kaki sebagai kaki tumpuan dan kaki satu lagi sebagai awalan berada diluar lingkaran bagian belakang, Saat tolakan dalam melakukan servis atas, tolakan tungkai diangkat lurus keatas dan dilakukan secara eksplosif dibantu dengan gerakan lengan kesamping badan, perkenaan kaki dengan bola dapat dilakukan dengan kaki bagian dalam, punggung kaki atau teapak kaki, setelah melakukan sepakan servis, badan mengikuti lanjutan tungkai dan kaki pendarat dengan mengeper. Seperti halnya saat tolakan pada servis atas, (tolakan tungkai diangkat lurus keatas dan dilakukan secara *eksplosive*), maka dengan demikian power otot tungkai serta keseimbangan sangat diperlukan saat melakukan servis atas.

Power merupakan komponen yang sangat diperlukan oleh setiap individu. *power* identik dengan daya ledak. *power* pada tungkai merupakan salah satu komponen dasar motorik atau kemampuan yang menunjang penampilan efektif . Menurut Bompa (1994:82) menyatakan bahwa *power* atau daya ledak sangat berkaitan dengan eksplosive power yaitu perpaduan antara kecepatan *maksimum* dan kekuatan *maksimum* berfungsi untuk memindahkan benda yang berkaitan dengan jarak dan waktu. Yaitu kemampuan otot untuk bekerja secara tiba-tiba dan kuat. (Sukirno, 2011:92), keseimbangan menurut Ismaryati (2008:48) ada dua macam, keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan diam. sedangkan keseimbangan

dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan bergerak, keseimbangan merupakan kemampuan yang penting karena digunakan dalam aktivitas sehari-hari, misalnya berjalan, berlari dan sebagian besar olahraga dan permainan.

Fenomena di lapangan, mahasiswa penjaskes putra kurang terampil melakukan kemampuan sepak mula pada permainan sepaktakraw hal ini terlihat dari pada saat mahasiswa melakukan servis atas bola masih sering menyangkut net, sehingga jumlah servis yang dihasilkan sebanyak lima kali pelaksanaan masih sedikit. Dalam pelaksanaan servis atas hanya 22% mahasiswa yang dapat dikatakan mendapatkan poin sedangkan 78% mahasiswa lainnya belum bisa mendapat poin tersebut. Mengamati dari cara mahasiswa melakukan servis atas, peneliti menyimpulkan mahasiswa hanya melakukan servis, tanpa memperhatikan power otot tungkai dan keseimbangan yang dimiliki sehingga sering terjatuh dan membuat arah bola tak menentu. padahal menurut M.Suhud (1990) servis atau sepak mula merupakan cara kerja yang sangat penting karena poin atau angka dapat diperoleh oleh regu yang melakukannya, kegagalan dalam melakukan servis berarti hilangnya kesempatan regu itu untuk mendapatkan poin, tekong hendaknya melakukan servis yang baik dan dapat mencari sasaran yang lemah dan sukar untuk menerimanya bahkan mengontrolnya (Iyakrus,2012:26).

Berdasarkan uraian diatas dan pengamatan penulis saat perkuliahan mahasiswa penjaskes putra angkatan 2013 universitas sriwijaya kampus Palembang, penulis akan mencoba meneliti mengenai keterkaitan antara *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepaktakraw. oleh karena itu dalam penelitian ini penulis mengambil judul “*Hubungan Power Otot Tungkai dan Keseimbangan dengan Servis Atas pada Permainan Sepaktakraw Mahasiswa Penjaskes Putra FKIP Universitas Sriwijaya Angkatan 2013 Kampus Palembang*”.

1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

1. mahasiswa penjaskes putra angkatan 2013 kampus Palembang masih sering terjatuh saat melakukan servis atas permainan sepak takraw.
2. pada saat mahasiswa melakukan servis atas bola masih sering menyangkut net.
3. mahasiswa penjaskes putra angkatan 2013 hanya melakukan servis atas tanpa memperhatikan *power* otot tungkai dan keseimbangan yang dimiliki.

1.3 BATASAN MASALAH

Agar permasalahan yang dibahas tidak terlalu meluas serta tidak menyimpang dari sasaran sebenarnya, maka perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian lebih terarah dan peneliti hanya membahas untuk melihat Hubungan *Power* Otot Tungkai dan Keseimbangan dengan Servis Atas pada Permainan Sepak takraw Mahasiswa Penjaskes Putra FKIP Universitas Sriwijaya Angkatan 2013 Kampus Palembang.

1.4 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah yakni :

- 1) Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai (X_1) dengan servis atas (Y) Pada permainan sepak takraw mahasiswa Penjaskes Putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 kampus Palembang?
- 2) Apakah terdapat hubungan antara *keseimbangan* (X_2) dengan servis atas (Y) pada permainan sepak takraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 kampus Palembang?
- 3) Apakah terdapat hubungan antara *power* otot tungkai (X_1) dan keseimbangan (X_2) dengan servis atas (Y) pada permainan sepak takraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 kampus Palembang?

1.5 TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan *power* otot tungkai dengan servis atas pada permainan sepaktakraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 Kampus Palembang.
2. Untuk mengetahui apakah ada hubungan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepaktakraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 Kampus Palembang.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan *power* otot Tungkai dan keseimbangan dengan servis atas pada permainan sepaktakraw mahasiswa penjaskes putra FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2013 Kampus Palembang.

1.6 MANFAAT PENELITIAN

Penulis mengharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi seluruh pencinta sepaktakraw, adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1.6.1.** Bagi Mahasiswa diharapkan mahasiswa dapat mengetahui pentingnya melakukan servis atas menggunakan *power* dan keseimbangan.
- 1.6.2.** Bagi Dosen diharapkan olahraga bisa sebagai bahan evaluasi untuk melaksanakan program pengajaran agar lebih baik.
- 1.6.3.** Bagi Universitas diharapkan bisa sebagai informasi tentang hasil penelitian yang nantinya dapat menjadi bahan pertimbangan untuk memperbaiki prestasi siswa dalam bidang olahraga khususnya sepaktakraw.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedurpenelitian*. Jakarta: Rinekacipta.
- Engel, Rick. 2008. *Dasar-dasarPermainanSepakTakraw*. Bandung: Pakar Raya.
- Ismaryati. 2011. *TesdanPengukuranOlahraga*. Surakarta: Unspres.
- Iyakrus. 2012. *PermainanSepakTakraw*. Palembang: Unsri Press.
- Nurhasan. 2001. *TesPengukuranDalamPendidikanJasmani*. Jakarta: Dirjen Olahraga.
- Sudjana.2005. *Metodastatistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono.2011. *MetodePenelitianPendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno. 2011.*IlmuAnatomiManusia*.Palembang: Dramata.
- Sukirno.2011.*KesehatanOlahraga Dan Program Latihan Kesegaran Jasmani*.Palembang:Unsri.
- Waluyo.2012. *CabangOlahraga Bola Voli*.Palembang: Unsri Press
- Widiastuti. 2011. *TesdanPengukuranOlahraga*.Jakarta: PT BumiTimur Jaya.
- Yusuf, Ucup. 2001. *PembelajaranPermainanSepakTakraw*. Jakarta: Dirjen Olahraga
- Zalfendi.2009. *PermainanSepaktakraw*.Padang: Sukabina Press
- Zarwan.2012. *Bulutangkis*. Padang: Sukabina Press