

**HUBUNGAN *FLEXIBILITY* OTOT TUNGKAI DENGAN
KEMAMPUAN SERVIS ATAS PADA PERMAINAN
SEPAKTAKRAW SISWA PUTRA KELAS VIII SMP NEGERI 10
PALEMBANG**

Skripsi Oleh :

RIKY SANTOSO

Nomor Induk Mahasiswa 06101406029

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



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

S
796.3307

26399 / 26960.

Rik
h
2014
Ci 142166.



**HUBUNGAN *FLEXIBILITY* OTOT TUNGKAI DENGAN
KEMAMPUAN SERVIS ATAS PADA PERMAINAN
SEPAKTAKRAW SISWA PUTRA KELAS VIII SMP NEGERI 10
PALEMBANG**

Skripsi Oleh :

RIKY SANTOSO

Nomor Induk Mahasiswa 06101406029

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



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

**HUBUNGAN *FLEXIBILITY* OTOT TUNGKAI DENGAN
KEMAMPUAN SERVIS ATAS PADA PERMAINAN
SEPAKTAKRAW SISWA PUTRA KELAS VIII SMP NEGERI 10
PALEMBANG**

**Skripsi Oleh :
RIKY SANTOSO
Nomor Induk Mahasiswa 06101406029
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

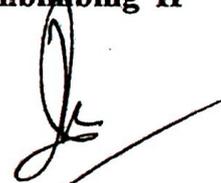
**DISETUJUI
SEBAGAI SKRIPSI PROGRAM STRATA 1**

Pembimbing I



**Drs. Waluyo, M.Pd.
NIP 195601241984031001**

Pembimbing II



**Dr. Iyakrus, M.Kes.
NIP 196208121987021002**

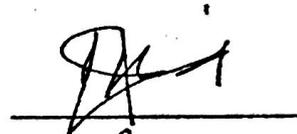
**Disahkan
Ketua Pelaksana Kampus Palembang**



Telah diujikan dan lulus pada,
Hari : Jum'at
Tanggal : 27 Juni 2014

TIM PENGUJI

1. Ketua : Drs. Waluyo, M.Pd



2. Sekretaris : Dr. Iyakrus, M.Kes



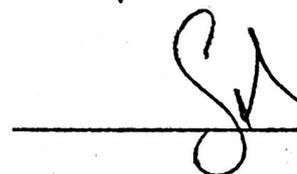
3. Anggota : Drs. Djumadin Syafril, M.Pd.



4. Anggota : Drs. Maskur Ahmad, M.Kes



5. Anggota : Dr. Sukirno



Palembang, 27 Juni 2014

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



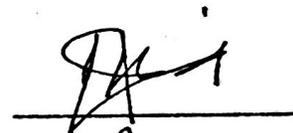
Drs. Waluyo, M. Pd

NIP. 195601241984031001

Telah diujikan dan lulus pada,
Hari : Jum'at
Tanggal : 27 Juni 2014

TIM PENGUJI

1. Ketua : Drs. Waluyo, M.Pd



2. Sekretaris : Dr. Iyakrus, M.Kes



3. Anggota : Drs. Djumadin Syafril, M.Pd.



4. Anggota : Drs. Maskur Ahmad, M.Kes



5. Anggota : Dr. Sukirno



Palembang, 27 Juni 2014

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Drs. Waluyo, M. Pd

NIP. 195601241984031001

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : RIKY SANTOSO
NIM : 06101406029
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “HUBUNGAN *FLEXIBILITY* OTOT TUNGKAI DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS PADA PERMAINAN SEPAKTAKRAW SISWA PUTRA KELAS VIII SMP NEGERI 10 PALEMBANG” ini seluruhnya adalah benar-benar karya yang telah saya buat sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau mengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No 17 Tahun 2010 mengenai pencegahan plagiat di Perguruan Tinggi. Atas pernyataan ini saya siap apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran dan atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Palembang, 2 Juli 2014



Penulis pernyataan

Riky Santoso

NIM. 06101406029

PERSEMBAHAN

Saya persembahkan skripsi ini kepada:

- ❖ Ayahanda (Keliwon) dan Ibundaku (Susilowati) yang senantiasa telah menyayangiku serta mendidiku dari aku kecil hingga sekarang dan menyertakan do'a untuk aku dari kecil hingga sampai saat ini, bekerja keras tanpa henti demi membahagiakanku dan keluargaku untuk menjadi yang terbaik.
- ❖ Untuk kakak dan adikku yang tercinta (Mbak Sri Dewiyanti dan Adikku Tasya Safitri) yang tiada henti-hentinya memberikan motivasi dan dukungan kepadaku dari awal hingga sampai saat ini.
- ❖ Saudara-saudara yang telah mendampingi aku (Eko Harianto dan Supriyadi) memberikan dukungan serta semangat kepada aku dari awal perjalan menuntut ilmu hingga sampai saat ini.
- ❖ Untuk seiuruh guru-guruku dan dosen-dosenku yang telah memberikan ilmu dan ikhlas mendidiku.
- ❖ Nunung Diah Mali Suprobo, AM.Keb. yang selalu meluangkan kesenggangan waktu untuk memberikan motivasi, semangat, serta do'a.
- ❖ Sahabat terbaikku sheEvmore (Leon,Ari dan Rian), Budukers (Umdarli dan Triance), Agan Merza, Cantigi (kk cik Fikri, O'ok, Amir, Anca, Bopak Ichan, Mamet, Eki, Sugeng, Slamet, Bang Gayus, Purwa, Like, Joni) yang telah saling memberikan dukungan secara penuh dan berjuang bersama-sama dari awal hingga saat ini.
- ❖ Teman se-perjuangan penjaskes kelas A Palembang yang telah berjuang, saling mendukung bersama dari awal hingga saat ini, baik dan buruknya demi tercapainya cita-cita yang kita dapat saat ini
- ❖ Guru penjaskes dan siswa sekolah SMP Negeri 10 Palembang
- ❖ Almamaterku.

Motto :

- Disetiap ada rintangan dan halangan pasti ada jalan keluar dan kemudahan
- Surga ditelapak kaki ibu
- Semua tidak akan berjalan selancar yang telah direncanakan.
- Kebenaran akan membawa diri dalam kebaikan yang besar.
- Didalam jiwa yang kuat terdapat jiwa yang sehat.
- Satu untuk semua, semua untuk satu

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat serta karunai-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa shalawat serta salam tercurah kepada Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat serta para pengikutnya hingga akhir zaman, yang atas izin Allah SWT telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia didunia ini. Alhamdulillah berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “ Hubungan *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepak takraw siswa putra kelas VIII SMP Negeri 10 Palembang”. Penulis 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 sebab itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangatlah penulis harapkan dan tentunya akan penulis terima dengan hati terbuka. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan ruang lingkup dunia olahraga permainan sepak takraw umumnya.

Wassalam,

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah berkat izin dan ridho dari Allah SWT, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul :” Hubungan *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepaktkraw siswa putra kelas VIII SMP Negeri 10 Palembang”. Penulis skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan,di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Palembang.

Berdasarkan penyusunan skripsi ini, tentunya banyak pihak yang telah bersedia untuk 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 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 Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Sriwijaya.
4. Bapak Drs. Waluyo, M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah banyak memberkan motivasi berarti meluangkan waktu serta fikiran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Iyakrus, M.Kes. Selaku Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan arahan, meluangkan waktu, tenaga serta fikiran kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh dosen Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan serta membekali ilmu pengetahuan yang tidak ada batasnya kepada penulis selama menuntut ilmu di perguruan tinggi Universitas Sriwijaya.
7. Seluruh staf Tata Usaha FKIP Universitas Sriwijaya yang telah membantu bahkan memberikan dukungan yang besar dalam penyelesaian kripsi ini.

8. Orang tua tercinta, Ayahanda Keliwon dan Ibunda Susilowati yang telah menjadi acuan dalam melakukan tindakan dan memberikan dukungan secara penuh yang berlandaskan kasih sayang tulus tiada batas dan tidak dapat diberikan oleh orang lain.
9. Bagi semuanya yang pernah menyertakan do'a untukku, terima kasih.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan dilingkungan Universitas Sriwijaya dan pada khususnya bagi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

Palembang, 2 Juli 2014

Riky Santoso

DAFTAR ISI



Halaman

COVER.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN YANG TELAH DIUJIKAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TRIMAKASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABTRAK	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	4
1.3. Batasan Masalah	4
1.4. Rumusan Masalah.....	4
1.5. Tujuan Penelitian	5
1.6. Manfaat Penelitian	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1. Hakekat Sepaktakraw.....	6

2.2. Teknik Dasar Permainan Sepaktakraw	6
2.3. Hakekat Servis Sepaktakraw.....	7
2.4. Teknik Servis Permainan Sepaktakraw	8
2.5. Komponen Servis Atas Pada Permainan Sepaktakraw	10
2.5.1. Kelentukan (<i>Flexibility</i>).....	10
2.5.2. Kecepatan.....	11
2.5.3. Kekuatan	12
2.6. <i>Flexibility</i> Otot Tungkai.....	13
2.7. Kerangka Berfikir	17
2.8. Analisa Gerak.....	19
2.8.1. Analisa Gerak <i>Flexibility</i>	19
2.8.2. Analisa Gerak Servis Atas	19
2.8. Hipotesis	19
BAB III. METODE PENELITIAN	20
3.1. Rancangan Penelitian.....	20
3.2. Populasi dan Sampel	21
3.2.1. Populasi.....	21
3.2.2. Sampel.....	21
3.3. Variabel dan Definisi Oprasional Variabel.....	22
3.3.1. Variabel.....	22
3.3.2. Definisi Operasional Variabel.....	22
3.4. Teknik Pengumpulan Data.....	22
3.5. Instrumen Penelitian	23
3.5.1. Tes <i>Front Splits</i>	23
3.5.2. Tes Kemampuan Servis	24
3.6. Teknik Analisis Data.....	26

3.6.1. Uji Normalitas Data	26
3.6.2. Uji Hipotesis	29
3.6.3. Uji Signifikansi	30
3.7. Jadwal Kegiatan	33
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	34
4.1. Hasil Penelitian	34
4.1.1: Deskripsi Data Penelitian.....	34
4.1.2. Deskripsi Hasil Tes <i>Flexibility (Front Splits)</i>	34
4.1.3. Deskripsi Hasil Tes Servis Atas Pada Permainan Sepaktakraw	35
4.1.4. Uji Normalitas Data Tes <i>Flexibility (front splits)</i>	35
4.1.5. Uji Normalitas Data Tes Kemampuan Servis Atas.....	39
4.1.6. Metode Analisis Data.....	42
4.1.7. Uji Signifikansi	44
4.2. Pembahasan.....	45
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN.....	47
5.1. SIMPULAN	47
5.2. SARAN	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Daftar Nama Otot-otot (Origo Dan Insertio) Anggota Badan Bawah	13
Tabel 2. Formula Penilaian <i>Front Splits</i>	24
Tabel 3. Nilai- nilai Dalam Distribusi t.....	31
Tabel 4. Jadwal Penelitian.....	33
Tabel 5. Daftar distribusi hasil perhitungan tes <i>front splits</i>	36
Tabel 6. Daftar distribusi hasil perhitungan tes kemampuan servis atas	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Otot tungkai	16
Gambar 2. Kerangka Berfikir	17
Gambar 3. <i>Front Splits</i>	23
Gambar 4. Tes Servis Atas	24
Gambar 5. Lapangan Sepaktakraw untuk tes servis	24
Gambar 6. Histogram frekuensi hasil tes <i>front splits</i>	36
Gambar 7. Histogram frekuensi hasil tes servis atas	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup.....	50
Lampiran 2. Daftar Nama Dosen Pembimbing Skripsi Mahasiswa Angkatan 2010.....	51
Lampiran 3. Lembar Usul Judul Skripsi	55
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Ujian Proposal	56
Lampiran 5. Lembar Telah Diseminarkan	57
Lampiran 6. SK. Pembimbing.....	58
Lampiran 7. SK. Penelitian dari Universitas Sriwijaya	59
Lampiran 8. SK. Penelitian dari DISDIKPORA.....	60
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	61
Lampiran 10. SK. Telah Melaksanakan Penelitian di SMP Negeri 10 Palembang	69
Lampiran 11. Daftar Hasil Tes <i>Flexibility (front splits)</i>	70
Lampiran 12. Hasil Tes Servis Atas.....	72
Lampiran 13. Tabel Distribusi Hasil Perhitungan Tskor Variabel X.....	73
Lampiran 14. Tabel Distribusi Hasil Perhitungan Tskor Variabel Y.....	75
Lampiran 15. Tabel Daftar Hasil Tskor X dan Y.....	77
Lampiran 16. Lembaran Revisi Seminar Proposal	79
Lampiran 17. Lembar Kartu Bimbingan Proposal dari Pembimbing 1 dan 2	80
Lampiran 18. Lembar Kartu Bimbingan Skripsi dari pembimbing 1	81
Lampiran 19. Lembar Kartu Bimbingan Skripsi dari pembimbing 2	82
Lampiran 20. Lembar Izin Jilid.....	83

ABSTRAK

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah benar ada hubungan antara *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepak takraw siswa putra kelas VIII SMP Negeri 10 Palembang. Penentuan sampel menggunakan teknik random sampling, sampel penelitian sebanyak 35 siswa kelas VIII. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode tes yang secara langsung melakukan tes dan pengukuran terhadap setiap sampel yaitu dengan cara melakukan tes *flexibility (front splits)* dan tes kemampuan servis atas sepak takraw. Dari hasil pengolahan dan analisis data dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* hasil pengujian korelasi sederhana membuktikan bahwa *flexibility* otot tungkai mempunyai hubungan tinggi dimana tingkat hubungannya adalah 0,75. Maka hal ini dapat diartikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepak takraw siswa SMP Negeri 10 Palembang

Kata Kunci : *Flexibility* otot tungkai; Kemampuan Servis Atas Pada Permainan Sepaktakraw



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Sepaktakraw merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan yang dibatasi oleh jaring (net) masing-masing tim terdiri dari 3 pemain dan permainan menggunakan bola yang terbuat dari rotan dan plastik (*synthetic fibre*). Permainan sepaktakraw yang dimainkan sekarang ini adalah permainan yang menggunakan bola yang terbuat dari rotan dan plastik. Bola ditendang dari kaki ke kaki, memberi umpan kepada kawan dan memukul atau mematikan bola di lapangan lawan.

Penguasaan keterampilan pada setiap cabang olahraga berlandaskan pada penguasaan keterampilan dasar. Yang dimaksud dengan keterampilan dasar dalam sepaktakraw adalah sejumlah keterampilan dasar yang dipandang paling menentukan untuk mendukung tercapainya keberhasilan memainkan teknik-teknik dasar sepaktakraw. *Flexibility* merupakan gerakan yang di butuhkan pada cabang olahraga sepaktakraw. Kelentukan sangat penting terutama untuk mempermudah gerakan, mengurangi kekakuan yang dapat meningkatkan efisiensi kerja otot. Menurut Sukirno (2012:73) kelentukan juga dapat meningkatkan kekuatan, daya tahan, kecepatan dan keterampilan gerak. Menurut Ismaryati (2011:101) tes kelentukan mutlak hanya mengukur kelentukan satu gerakan yang dibutuhkan oleh suatu tujuan penampilan. Tes kelentukan seperti, *front splits, side splits, sit and rice, bridge up, ankle extension*. Berdasarkan beberapa jenis bentuk tes kelentukan tersebut untuk melihat kelentukan seseorang, peneliti menggunakan bentuk tes yaitu *front splits*. *Front splits* merupakan bentuk tes bertujuan untuk mengetahui *ekstensi* tungkai. Menurut Iykrus (2012:19) teknik-teknik bermain sepaktakraw seperti sepakan, heading, memaha, servis, smash, dan blok.

Permainan sepak takraw diawali dengan sepak mula (sevis) yang dilakukan oleh tekong. Menurut Iykrus (2012:26) servis atau sepak mula merupakan awal dari permainan sepak takraw, sepak mula dilakukan oleh tekong arah lapangan lawan dan merupakan cara kerja yang sangat penting karena poin atau angka dapat diperoleh oleh regu yang melakukannya. Kesalahan atau kegagalan dalam melakukan servis berarti hilangnya kesempatan regu itu mendapatkan poin. Tekong hendaknya melakukan servis yang baik dan dapat mencari sasaran yang lemah dan sukar untuk menerima bahkan mengontrolnya. Menurut Zalfendi, dkk (2012:134) makin lama permainan sepak takraw ini semakin berkembang, hal ini terbukti dengan servis yang dilakukan saat ini tidak lagi merupakan memulai suatu permainan tetapi telah merupakan serangan pertama untuk mendapatkan poin. Jenis- jenis servis dapat dikelompokkan atas dua bagian yaitu servis atas dan sevis bawah.

Teknik servis atas terdiri dari servis yang menggunakan kaki bagian dalam, sevis dengan punggung kaki dan servis dengan menggunakan telapak kaki. Servis di atas dilakukan dengan gerakan sebagai berikut :Saat awalan Saat akan melakukan servis, terlebih dahulu pemain yang hendak melakukan berdiri di dalam lingkaran dengan salah satu kaki sebagai tumpuan dan kaki satunya sebagai awalan berada diluar lingkaran bagian belakang, serta tangan diarahkan kearah pelambung sebagai permintaan bola. Saat bola melambung pada titik ketinggian yang diinginkan, tolakan tungkai lurus keatas dan dilakukan secara eksplosif dibantu dengan gerakan lengan kesamping badan. Saat perkenaan bola dengan kaki Pada saat melakukan servis atas, perkenaan kaki dengan bola dapat dilakukan kaki bagian dalam,punggung kaki, atau telapak kaki. Saat kaki mendarat setelah melakukuan servis, badan mengikuti gerak lanjutan tungkai, dan kaki pendaratan dengan mengeper

Berdasarkan beberapa pendapat diatas bahwa dapat disimpulkan bahwa servis atas adalah servis atas merupakan teknik servis yang sangat baik untuk mendapatkan poin pada saat pertandingan. Teknik sevis atas sebuah teknik terpenting dalam upaya mengganggu konsentrasi pertahanan lawan. Teknik sevis atas yang dilakukan oleh

tekong merupakan gerakan servis yang membutuhkan kelentukan (*flexibility*) otot tungkai agar kaki dapat mengayun lurus dan tinggi saat melakukan teknik servis ini.

Fenomena di lapangan, sepaktakraw adalah salah satu mata kuliah yang harus di tempuh oleh mahasiswa penjaskes. Seperti penulis melakukan pengamatan dilapangan mahasiswa penjaskes putra kampus Palembang angkatan 2011 yang diketahui memiliki komponen fisik yang baik. Namun mahasiswa penjaskes putra angkatan 2011 pada saat melakukan servis atas hasilnya tidak memuaskan. Banyak mahasiswa penjaskes putra angkatan 2011 pada saat melakukan servis atas banyak sekali yang keluar dari lapangan dan tidak melewati net (gagal). Mahasiswa penjaskes putra angkatan 2011 yang tidak menyadari bahwa kelentukan yang mereka miliki belum teraplikasikan secara maksimal kedalam permainan sepaktakraw, khususnya teknik servis atas. Padahalnya servis atas merupakan teknik yang harus dikuasai oleh pemain sepaktakraw. Namun yang terjadi di lapangan mahasiswa penjaskes putra melakukan servis tanpa memperhatikan teknik servis atas yang baik. Seharusnya pada saat mahasiswa melakukan servis harus memaksimalkan kelentukan tungkainya, agar membuat servis yang baik dan dapat mencari sasaran yang diinginkan. Masalah-masalah yang terjadi dilapangan tentu tidak beralasan mengalami kegagalan pada saat servis atas permainan sepaktakraw. Karena mahasiswa penjaskes putra angkatan 2011 itu sendiri sudah memiliki komponen fisik yang baik dan juga mahasiswa penjaskes putra angkatan 2011 telah memiliki pemahaman tentang bagaimana pelaksanaan teknik servis atas pada permainan sepak takraw tersebut penulis akan melakukan penelitian di siswa karena siswa belum mengetahui servis atas pada permainan sepaktakraw.

Berdasarkan uraian tersebut dan hasil pengamatan penulis pada pembelajaran servis atas pada permainan sepaktakraw maka penulis akan meneliti siswa yang belum mengetahui tentang teknik servis pada permainan sepaktakraw, penulis akan meneliti mengenai hubungan *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepaktakraw siswa putra kelas VIII SMP Negeri 10 Palembang”.

1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, masalah yang diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Sepaktakraw membutuhkan komponen kelentukan, kecepatan dan kekuatan.
2. Servis atas pada permainan sepaktakraw membutuhkan *flexibility* yang lentur agar dapat memudahkan gerakan servis atas.
3. Komponen *flexibility* dibutuhkan dalam teknik servis atas pada permainan sepaktakraw agar mudah pada saat mengayun kaki saat melakukan servis atas, *flexibility* juga dapat meningkatkan kecepatan dan kekuatan.

1.3 BATASAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, 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 *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepaktakraw siswa putra kelas VIII SMP Negeri 10 Palembang.

1.4 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepaktakraw siswa putra kelas VIII SMP Negeri 10 Palembang?”

1.5 TUJUAN PENELITIAN

Tujuan yang ingin dicapai penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan *flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepaktakraw siswa putra kelas VIII SMP Negeri 10 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 sekolah diharapkan bisa sebagai informasi tentang hasil penelitian yang nantinya dapat mmenjadi bahan pertimbangan untuk memperbaiki prestasi siswa dalam bidang olahraga.khususnya sepaktakraw.
- 1.6.2. Bagi guru diharapkan olahraga bisa sebagai bahan evaluasi untuk melaksanakan program pengajaran dan program latihan agar lebih baik.
- 1.6.3. Bagi pemain/siswa diharapkan pemain atau siswa dapat mengetahui hubungan *Flexibility* otot tungkai dengan kemampuan servis atas pada permainan sepaktakraw .
- 1.6.4. Bagi Peneliti diharapkan dapat diterima sebagai bahan kajian dalam penelitian khususnya di lembaga pendidikan olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta.
- Anonim. 2012. <http://gambar-otot-otot-tungkai.blogspot.com>. diakses pada tanggal 29 januari 2014
- Anonim. <http://backrojez.blogspot.com/2009/>. Diakses pada hari Rabu tanggal 28 Juni 2014.
- Bosco, S James. 1983. *Measurement and Evaluasion, Fitness, And Sport*. New Jersey: Prentice-hall, INC., Englewood Chiff, New jersey 07632
- Engel, Rick. 2010. *Dasar-dasar Sepak Takraw*. Bandung: Pakar Raya.
- Kurdi, Fauziah Nuraini dan Sukirno. 2011. *Dasar-dasar Fisiologi Olahraga*. Palembang: Unsri Press
- Ismaryati. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press
- Iykrus. 2012. *Permainan Sepak Takraw*. Palembang: Unsri Press.
- Kirkendall, Don R Ed.D. 1980. *Measurement and Evaluation For Physical Educators*. United Statis of America: Brown Company Publisher
- Riduwan. 2011. *Belajar Mudah Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno. 2011. *Kesehatan Olahraga dan Program Latihan Kesegaran Jasmani*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Sukirno. 2012. *Ilmu Anatomi Manusia*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.
- Yusup, Ucup dkk. 2001. *Pembelajaran Permainan Sepak Takraw*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- Zalfendi, dkk. 2012. *Permainan Sepak Takraw*. Padang: Sukabina Press