

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN, KELENTUKAN TOGOK, DAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KEMAMPUAN PUKULAN *LOB* BULUTANGKIS

Andre Agussani¹, Ngadiman², Neva Widanita²

Latar Belakang: Bulutangkis adalah olahraga yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasang (untuk ganda) dan mengambil posisi berlawanan di bidang lapangan yang telah dibagi dua oleh sebuah jaring (*net*). Tujuannya adalah meraih angka dengan memukul bola berupa *shuttlecock* menggunakan raket sehingga melewati *net* dan *shuttlecock* jatuh di bidang permainan lawan. Melakukan pukulan *lob* membutuhkan kekuatan otot lengan, kelentukan togok, dan koordinasi mata tangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan, kelentukan togok, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan pukulan *lob* bulutangkis.

Metodologi: Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik dengan menggunakan kriteria tertentu dalam melakukan pemilihan sample. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi.

Hasil: (1) ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan pukulan *lob* bulutangkis dengan nilai $r = 0,800$ dan sumbangan efektif sebesar 36,88%. (2) ada hubungan yang signifikan antara kelentukan togok dengan kemampuan pukulan *lob* bulutangkis dengan nilai $r = 0,700$ dan sumbangan efektif sebesar 23,87%. (3) ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan pukulan *lob* bulutangkis dengan nilai $r = 0,760$ dan sumbangan efektif sebesar 21,05%. (4) ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan, kelentukan togok, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan pukulan *lob* bulutangkis dengan nilai $R^2 = 0,904$.

Simpulan: Terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan, kelentukan togok, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan pukulan *lob* bulutangkis.

Kata Kunci: kekuatan, kelentukan, koordinasi, *lob* bulutangkis.

¹Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

²Departemen Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN ARM MUSCLE STRENGHT, WAIST FLEXIBILITY, AND HAND EYE COORDINATION WITH BADMINTON LOB HITTING ABILITY

Andre Agussani¹, Ngadiman², Neva Widanita²

Background: Badminton is a sport played by two people (for singles) or two pairs (for doubles) and taking opposite positions on a field that has been divided in half by a net (net). The goal is to get points by hitting the ball in the form of a shuttlecock using a racket so that it passes over the net and the shuttlecock falls on the opponent's playing field. Doing a lob requires arm muscle strength, waist flexibility, and eye-hand coordination. This study aims to determine the relationship between arm muscle strength, waist flexibility, and hand eye coordination with badminton lob hitting ability.

Methodology: The research method used is descriptive quantitative research using a cross sectional design. The sample in this research uses purposive sampling, which is a technique by using certain criteria in selecting the sample. The data analysis in this study used the analysis prerequisite test, namely the normality test, linearity test, and correlation test.

Result: (1) there is a significant relationship between arm muscle strength and badminton lob hitting ability with an r value of 0.800 and an effective contribution of 36.88%. (2) there is a significant relationship between waist flexibility and badminton lob hitting ability with an r value of 0.700 and an effective contribution of 23.87%. (3) there is a significant relationship between hand eye coordination and badminton lob hitting ability with an r value of 0.760 and an effective contribution of 21.05%. (4) there is a significant relationship between arm muscle strength, waist flexibility, and hand eye coordination with badminton lob hitting ability with an R square value of 0.904.

Conclusion: There is a relationship between arm muscle strength, waist flexibility, and hand eye coordination with badminton lob hitting ability.

Keyword: Strength, flexibility, coordination, badminton lob.

¹Student Majoring in Physical Education Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

²Department of Physical Education Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University