

ABSTRAK

TEDDY ANDREAN MAULLANA (2022) . HUBUNGAN FLEKSIBILITAS SENDI PANGGUL DAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KEMAMPUAN SEPAK SILA PADA SEPAK TAKRAW EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 9 PONTIANAK. Skripsi, pembimbing (I) Prof. Dr. Victor G. simanjuntak, M. Kes dan pembimbing (II) Mimi Haetami, M. Pd

Masalah dalam penelitian ini adalah, “bagaimana Hubungan Fleksibilitas Sendi Panggul dengan Kepercayaan Diri terhadap Kemampuan Sepak Sila pada Sepak Takraw Ekstrakurikuler di SMA N 9 Pontianak?”. Sub-sub masalah dalam penelitian ini antara lain : 1) Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara fleksibilitas sendi panggul terhadap kemampuan sepak sila pada sepak takraw di SMA Negeri 9 pontianak? 2) Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap kemampuan sepak sila pada sepak takraw di SMA Negeri 9 pontianak? 3) Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara fleksibilitas sendi panggul dan kepercayaan diri terhadap kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw di SMA Negeri 9 pontianak?. Tujuan penelitian ini adalah ‘Mengetahui Hubungan Fleksibilitas Sendi Panggul dengan Kepercayaan diri terhadap Kemampuan Sepak Sila pada Sepak Takraw Estrakurikuler di SMA Negeri 9 Pontianak’. Sub-sub tujuan dalam penelitian ini antara lain : 1) Untuk mengetahui hubungan fleksibilitas sendi panggul terhadap kemampuan sepak sila di SMA Negeri 9 pontianak? 2) Untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri terhadap kemampuan sepak sila di SMA Negeri 9 pontianak? 3) Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara sendi panggul dan kepercayaan diri terhadap kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw di SMA Negeri 9 Pontianak?.

Ada dua Variabel yang terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas X, XI, DAN XII Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Pontianak, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *teknik total sampling*, berjumlah 15 siswa putra. Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran meliputi pengukuran fleksibilitas sendi panggul dengan *sit and reach*, kepercayaan diri dengan angket kemudian tes kemampuan sepak sila dengan tes keterampilan sepak sila. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment*. Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa koefisien korelasi fleksibilitas sendi panggul dengan keterampilan sepak sila $r_{x1y} = 0,691678$ dan kepercayaan diri dengan keterampilan sepak sila $r_{x2y} = 0,449228$ lebih besar dari $r_{tabel} = 0,532$

Atas dasar tersebut maka Kesimpulannya adalah: terdapat adanya hubungan korelasi fleksibilitas sendi panggul dengan keterampilan sepak sila $r_{x1y} = 0,691678$ lebih besar dari $r_{tabel} = 0,532$ dan kepercayaan diri dengan keterampilan sepak sila $r_{x2y} = 0,449228$ lebih besar dari $r_{tabel} = 0,52$ Pada Siswa Putra Kelas X, XI, XII Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Pontianak memiliki r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} yaitu $R_{x1x2y} 0,896374 > 0,532$ sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan

hipotesis alternatif (H_a) diterima. Kesimpulan sub-sub masalah adalah: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara fleksibilitas sendi panggul dengan kemampuan sepak sila permainan sepak takraw pada siswa putra kelas X, XI, dan XII di Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Pontianak 'tinggi'. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kemampuan sepak sila permainan sepak takraw pada siswa putra kelas X, XI, dan XII di Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Pontianak 'sedang'. 3) Ada hubungan yang signifikan antara fleksibilitas sendi panggul dan kepercayaan diri dengan kemampuan sepak sila permainan sepak takraw pada siswa putra kelas X, XI, dan XII di Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Pontianak 'tinggi'. memiliki r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} yaitu R_{x1x2y} $0,896374 > 0,52$ sehingga tingkat hubungan kuat.

Mengacu pada hasil penelitian adapun saran yang dapat diajukan penulis yaitu guru penjaskes dilingkungan Kota Pontianak khususnya untuk guru penjaskes Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Pontianak diharapkan dapat meningkatkan faktor-faktor sumbangan yang berarti terhadap hasil kemampuan sepak sila permainan sepak takraw.