

ABSTRAK



SKRIPSI, Juli 2019

Wanda Prasetyo

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

HUBUNGAN FLEKSIBILITAS HAMSTRING DENGAN AKURASI SERVIS ATAS PADA PEMAIN SEPAK TAKRAW.

Terdiri VI Bab, 46 Halaman, 8 Tabel, 6 Gambar, 8 Lampiran

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan fleksibilitas hamstring dengan akurasi servis atas pada pemain sepak takraw. **Metode :** penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dengan tipe studi korelasi. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel terdiri dari 16 orang pemain sepak takraw di tim cendrawasi, dimana fleksibilitas hamstring diukur menggunakan *sit and reach test* (SRT) dan tes akurasi diukur menggunakan tes keterampilan sepak takraw. **Hasil:** Uji normalitas dengan *Shapiro wilk test* didapatkan data berdistribusi normal. Hasil uji hipotesis dengan uji korelasi *pearson product moment*, didapatkan $p = 0,001$ pada SRT dan tes keterampilan sepak takraw serta nilai $r=0,734$. **Kesimpulan:** Ada hubungan yang kuat dengan semakin tingginya fleksibilitas hamstring maka semakin tinggi akurasi dari tendangan servis.

Kata Kunci: Fleksibilitas hamstring, Akurasi servis, *Sit and Reach Tes*, Sepak takraw.