

ABSTRAK

Rahmat Abubakar. Nim: 831408140 "Pengaruh Latihan Fleksibilitas Pergelangan Tangan Terhadap Kemampuan Netting Pada Permainan Bulutangkis Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo" Judul Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo 2012.

Penelitian didasarkan pada kenyataan bahwa prestasi cabang olahraga bulutangkis khususnya siswa kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo masih tergolong rendah dalam melakukan *netting* pada permainan bulutangkis.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang dilakukan di SMP Negeri 6 Gorontalo tahun 2012. Populasinya adalah seluruh siswa kelas VII yang berjumlah 385 orang dan sampel siswa 25 orang. Pengambilan sampel ini dengan cara ditunjuk langsung (*purposif sample*).

Hipotesis penelitian adalah terdapat pengaruh latihan fleksibilitas pergelangan tangan terhadap kemampuan netting pada permainan bulutangkis siswa kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo. Langkah awal pada pengujian hipotesis adalah teknik statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji - t. uji ini dilakukan setelah selesai melakukan uji homogenitas data terhadap *pre-test* dan *post-test*.

Pada akhir pengujian hipotesis didapati bahwa ternyata hasil uji analisis varians atau uji-*t* antara variabel X_1 dan variabel X_2 hasilnya 4,68. Ini membuktikan bahwa t_{hitung} lebih besardari t_{tabel} pada taraf $\alpha = 0,05$. Selain itu dapat pula dilihat dari hasil rata-rata antara kedua variabel $\bar{X}_1 = 8,68$ dan $\bar{X}_2 = 17,72$. Sehingga t_{hitung} untuk hipotesis ini berada di luar daerah penerimaan H_0 . Ini berarti menolak hipotesis nol (H_0) dan menerima hipotesis kerja (H_1) yang menyatakan bahwa rata-rata latihan *fleksibilitas pergelangan tangan* memberikan kontribusi positif terhadap kemampuan melakukan *netting* pada permainan bulutangkis

Kesimpulan dari penelitian ini adalah "terdapat pengaruh latihan *fleksibilitas pergelangan tangan* terhadap kemampuan *netting* pada permainan bulutangkis siswa kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo".

Kata Kunci : Latihan Fleksibilitas Pergelangan Tangan, Netting, Permainan Bulutangkis