

## ABSTRAK

HARSONO A. TAHA, NIM. 832 408 050. Pengaruh Latihan Kelentukan Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Servis Double Event Dalam Permainan Sepak Takraw Pada Atlet PPLP Provinsi Gorontalo.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah “ Apakah Latihan Kelentukan Otot Tungkai dapat mempengaruhi ketepatan servis double event dalam permainan sepak takraw?

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memperoleh gambaran seberapa besar pengaruh latihan kelentukan terhadap ketepatan servis double event dalam permainan sepak takraw. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan *One Group Pre-Test and Post-Test Design* dengan mengambil seluruh sampel yang ada yaitu sebanyak 20 orang atlet sepak takraw PPLP Provinsi Gorontalo. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh latihan kelentukan otot tungkai terhadap ketepatan servis double event sehingga dapat disimpulkan bahwa data hasil penelitian memiliki variansi populasi yang homogeny

Hasil pengujian di peroleh  $t_{hitung} = 18.55$ . nilai  $t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$ ; dk = n-1 (20-1 =19) di peroleh harga sebesar 1.73. Dengan demikian  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{table}$  ( $t_{hitung} = 18.55 > t_{tabel} = 1.73$ ). Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak  $H_0$ : Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$ ; n – 1, oleh karena itu hipotesis alternatif atau  $H_a$  dapat di terima karena harga  $t_{hitung}$  telah berada di luar daerah penerimaan  $H_0$ . Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh latihan kelentukan otot tungkai terhadap peningkatan ketepatan servis *double event* dalam bermain sepak takraw.