

ABSTRAK

Tino, R. 2021. *Analisis Deskriptif Kekuatan Otot Peras Tangan Pada Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Bulutangkis Universitas PGRI Adi Buana Surabaya*. Progam Studi Pendidikan Jasmani. Falkultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adibuana Surabaya. Pembimbing (1) Dr. Hayati, dr., M.Kes. (2) Shandy Pieter, S.Pd., M.Pd.

Kata kunci: Kekuatan otot peras tangan, *Grip Strength Tes*, *Hand Dynamometer*

Penelitian ini dilatar belakangi oleh pengaruh kekuatan otot peras tangan terhadap pukulan pada permainan bulutangkis, dengan kekuatan otot peras tangan yang baik maka dapat menghasilkan kekuatan lecutan tangan yang dapat berpengaruh terhadap hasil pukulan. Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini untuk menguji atau memahami kekuatan peras tangan pada anggota unit kegiatan mahasiswa (UKM) bulutangkis Universitas PGRI Adibuana Surabaya sudah memenuhi norma standart ukuran kekuatan peras tangan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Dengan jenis penelitian analisis deskriptif. Deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu gejala atau keadaan. Pendekatan penelitian ini adalah mengumpulkan data yang berupa angka. Metode yang digunakan adalah analisis deskriptif. Subjek penelitian ini adalah anggota unit kegiatan mahasiswa (UKM) Bulutangkis Universitas PGRI Adi Buana Surabaya dengan jumlah subjek 20 anggota. Metode pengumpulan data pada penelitian ini untuk mengukur kekuatan otot peras tangan dengan menggunakan alat ukur yang bernama *Hand Dynamometer*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif untuk menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Pada penelitian analisis deskriptif ini dibantu dengan program SPSS 20.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif menggunakan aplikasi SPSS 20, menunjukkan bahwa rata-rata kekuatan otot peras tangan pada

anggota laki-laki adalah 44,85 yang termasuk dalam kategori “sedang”. Kemudian untuk kekuatan otot peras tangan pada anggota perempuan rata-rata adalah 27,20 yang termasuk dalam kategori “sedang”. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa keseluruhan kekuatan otot peras tangan pada anggota unit kegiatan mahasiswa (UKM) bulutangkis Universitas PGRI Adibuana Surabaya termasuk dalam kategori “Sedang”.

ABSTRACT

Tino, R. 2021. Descriptive Analysis Strength of Muscle Hand Squeeze on Badminton Members in Students Activity Unit (*UKM*) of PGRI Adi Buana University. Physical Education Department. Faculty of Pedagogy and Psychology. University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor (1) Dr. Hayati, dr., M.Kes. (2) Shandy Pieter, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Strength of Muscle Hand Squeeze, Grip Strength Test, Hand Dynamometer.

The background of this research is to determine the effect of muscle hand squeeze upper the stroke in badminton, with great arm muscle strength then it can produce hand swing power that can impact the result of the hit. The purpose of this research is to test or understand the strength of muscle hand squeeze of the badminton member in student activity unit of PGRI Adi Buana Surabaya University already fulfill standards norms of a measure of hand strength.

This research used a qualitative research approach. With the types of research descriptive analysis. Descriptive is not intended to test certain hypotheses, but only describes "as it is" about a symptom or condition. This research approach is to collect the data in the form of numbers. The method that used is descriptive analysis. The subject of this research were badminton members in student activity (*UKM*) unit of PGRI Adi Buana Surabaya University with 20 members as the subject. The data collection method in this research is to measure the static strength of Muscle Hand Squeeze using measuring instrument called Hand Dynamometer. The data analysis technique used descriptive analysis to describe the collected data as it is without making general conclusion or generalization. In this descriptive analysis research was assisted by using SPSS 20 program.

Based on the results of descriptive analysis using the SPSS 20 application, it shows that the average of muscle hand squeeze by male members is 44.85 which is included in the "medium" category. Then for the muscle hand squeeze by female members the average is 27.20 which is included in the "medium" category. From these results, it can

be seen that the overall strength muscle hand squeeze in the badminton members in student activity unit (*UKM*) of PGRI Adi buana Surabaya University is included in the "Medium" category.