

**KONTRIBUSI FLEKSIBILITAS PERGELANGAN TANGAN DAN POWER
OTOT LENGAN TERHADAP HASIL PUKULAN *UNDERHAND*
FOREHAND CLEAR DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS**

Danil Permana¹⁾, H. Abdul Narlan²⁾, Iwan Sujarwo³⁾

¹⁾Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi Tasikmalaya

²⁾Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi Tasikmalaya

³⁾Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi Tasikmalaya

Email : danil.permana1787yahoo.com¹⁾, Abdulnarlan@unsil.ac.id²⁾,
Iwansujarwo@unsil.ac.id

ABSTRAK

Tujuan dari Penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang kontribusi fleksibilitas pergelangan tangan dan power otot lengan terhadap hasil pukulan *underhand forehand clear* dalam permainan bulutangkis pada Mahasiswa UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Populasi penelitian adalah Mahasiswa UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi sebanyak 20 orang dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*.

Kata Kunci : Fleksibilitas, Power dan *Underhand Forehand Clear*

ABSTRACT

The purpose of this study was to obtain information on the contribution of wrist flexibility and arm muscle power to underhand forehand results in badminton games. The student UKM Badminton Siliwangi University Tasikmalaya. The research method used is descriptive method. The study population was. The students UKM Badminton Siliwangi University Tasikmalaya as many as 20 people by using technique of Purposive Sampling.

Keywords : Flexibility, Power and *Underhand Forehand Clear*

