

## **ABSTRACT**

### **The Contribution of Explosive Power of Limb Muscles, Waist Flexibility and Eye-Hand Coordination to Smash Skill of Volleyball Athletes of SMKN 1 Kota Solok**

**Hasna Renita**

Based on observations and the author's experience in the field shows that the results of volleyball games, especially smash skill in volleyball club Vocational High School 1 Solok, skill smashnya still low. Difficulties experienced athletes in general in the movement. This is probably due to the fluctuation of the physical condition of an athlete decisive smash skills. This study aims to mengungkap Effect of Speed, flexibility and coordination of the Skills Smash volleyball athletes.

Classified research on quantitative research using correlational analysis techniques followed by calculating the influence of independent variables on the dependent variable. Population in this research is all student son and daughter grade XI to grade XII. Its characteristics as follows: (1) age 16-18 years, (2) to the son of a minimum height of 160 centimeters, (3) long exercise 6 months - 2 year, (4) achievements of members had attended Porprov and ever championship students, (5) members 100% of students SMK 1 Solok. The sample in this study determined athletes only son who numbered 30 people. The test used is a test vertical jump, test flexibility with flexiometer, and motor coordination tests with OF movemen condition by throwing the ball t wall. While data analysis used is multiple regression.

The results showed that: 1. explosive power of Limbs Muscles Contributed by th 1,74 > tt 1,70. 2. Waist flexibility does not contribute significantly to the skill smash volleyball athletes SMK 1 Solok edvidenced by th 1,44 > tt 1,70. 3. Coordination contribute significantly to the skill smash volleyball athletes SMK 1 Solok amounted by by th 2,65 > tt 1,70. 4. Explosive power of Limb Muscles, Flexibility and Coordination do not contribute together to smashskill of volleyball athletes of SMKN 1 Kota Solok, evidenced by Fh 0,55 > Ftl 3,35

## ABSTRAK

### Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan Pinggang Dan Koordinasi Mata-tangan Terhadap Keterampilan Smash Pemain Bolavoli SMKN 1 Kota Solok

Hasna Renita

Berdasarkan pengamatan terlihat bahwa keterampilan smash bolavoli siswa SMKN 1 Kota Solok masih rendah. Hal ini kemungkinan disebabkan rendahnya faktor kondisi fisik seorang pemain yang menentukan keterampilan *smash*. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan dan Koordinasi terhadap Keterampilan Smash Pemain Bolavoli.

Penelitian tergolong pada jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis korelasional yang dilanjutkan dengan menghitung besarnya kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Putra dan putri kelas 1 sampai dengan kelas 3, yang berjumlah 373 orang. Sampel dalam penelitian ini ditetapkan hanya pemain putera yang berjumlah 30 orang. Tes yang digunakan adalah tes *vertical jump*, tes kelentukan pinggang dengan *flexiometer*, dan tes koordinasi mata-tangan dengan lemparan bola kedinding. Sedangkan analisis data yang digunakan adalah dengan regresi ganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Daya Ledak Otot tungkai berkontribusi terhadap keterampilan *smash* pemain bolavoli SMKN 1 Kota Solok. Dibuktikan dengan thitung  $1,74 > t_{tabel} 1,70$ . 2. Kelentukan pinggang tidak berkontribusi terhadap keterampilan *smash* pemain bolavoli SMKN 1 Kota Solok. Dibuktikan dengan thitung  $1,44 < t_{tabel} 1,70$ . 3. Koordinasi mata-tangan berkontribusi terhadap keterampilan *smash* pemain bolavoli SMKN 1 Kota Solok. Dibuktikan dengan thitung  $2,65 > t_{tabel} 1,70$ . 4. Daya Ledak Otot tungkai dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama tidak berkontribusi pada keterampilan *smash* pemain bolavoli SMKN 1 Kota Solok. Dibuktikan dengan Fhitung  $0,55 < F_{tabel} 3,35$ .