

## ABSTRAK

### **Kontribusi Kelentukan pinggang, Daya Ledak Otot Tungkai Bawah dan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Bola Voli Club SMA N 1 Solok Selatan**

**Oleh: Maikurniadi**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurangnya ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA Negeri 1 Solok Selatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai bawah, kelentukan pinggang dan kelentukan pergelangan tangan terhadap ketepatan *smash*. Variabel dalam penelitian adalah kelentukan pinggang, daya ledak otot tungkai bawah, kelentukan pergelangan tangan dan ketepatan *smash*.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bolavoli SMA N 1 Solok Selatan yang berjumlah 20 orang. Sampel yang diambil adalah putra sebanyak 20 orang, pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen dalam yang dipakai dalam penelitian ini adalah *vertical jump*, *flexiometer test*, *gonometri test* dan tes ketepatan *smash*. Teknik analisis data yaitu dengan korelasi *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil analisis menunjukkan : 1). Terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai bawah terhadap ketepatan *smash* pada atlet bolavoli SMA N 1 Solok Selatan sebesar 18,05%. 2). Terdapat kontribusi antara kelentukan pinggang terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 1 Solok Selatan sebesar 16,34%. 3). Terdapat kontribusi antara kelentukan pergelangan tangan terhadap *smash* atlet bolavoli SMA N 1 Solok Selatan sebesar 16,06%. 4). Terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai bawah, kelentukan pinggang dan kelentukan pergelangan tangan secara bersamaan terhadap ketepatan *smash* atlet SMA N 1 Solok Selatan sebesar 50,47%.