

ABSTRAK

Agus Saputro 1202473 Kontribusi Daya ledak otot tungkai dan Kelentukan pinggang terhadap Akurasi *Smash* Pemain Bolavoli Putera SMA Negeri 1 Pelepat Ilir

Masalah dalam penelitian ini adalah tidak akuratnya *Smash* pemain Bolavoli putera SMA N 1 Pelepat Ilir. Faktor-faktor penyebab masalah antara lain daya ledak otot tungkai dan kelentukan pinggang, ini terlihat dari hasil *Smash* yang tidak masuk atau tidak melewati net dan tidak tepat dengan sasaran *Smash*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelentukan pinggang terhadap akurasi *Smash* pemain Bolavoli putera SMA N 1 Pelepat Ilir.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMA N 1 Pelepat Ilir yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Bolavoli yang jumlah keseluruhannya adalah 45 siswa. Sampel pada penelitian ini adalah 30 orang, sampel diambil dengan teknik *Purposive Sampling*, yaitu merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu bahwa pemain Bolavoli putera memiliki kompetensi untuk melakukan tes pengambilan data penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *Vertical Jump Test*, *Bridge Up Test* dan tes ketepatan *Smash*. Analisis data menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dan korelasi ganda.

Hasil analisis data 1) terdapat Kontribusi yang berarti (signifikan) antara daya ledak otot tungkai dengan akurasi *Smash* t hitung (2.01) > t tabel (1.61), 2) terdapat Kontribusi yang berarti (signifikan) antara kelentukan pinggang terhadap akurasi *Smash* t hitung (7.3) > t tabel (1.61) dan 3) terdapat Kontribusi yang berarti (signifikan) antara daya ledak otot tungkai dan kelentukan pinggang secara bersama-sama terhadap akurasi *Smash* f hitung (5.62) > f tabel (3.22).

Kata kunci: daya ledak otot tungkai, kelentukan pinggang dan akurasi Smash