

ABSTRAK

Denny Oktavianto.2017. “Kontribusi *Explosive Power* Otot Lengan dan *Explosive Power* Otot Kaki Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang”.

Sulitnya tim bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang untuk menang disetiap pertandingan merupakan tolak ukur rendahnya prestasi tim. Kesalahan-kesalahan pada gerakan melompat, gerakan memukul bola ketika melakukan teknik *smash* oleh atlet bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang menyebabkan bola sering keluar area lapangan. Masalah tersebut menjadi latar belakang masalah dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besarnya kontribusi *explosive power* otot kaki dan *explosive power* otot lengan terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang.

Disain penelitian ini menggunakan penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah atlet bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang yang berjumlah 28 orang (21 putera dan 7 puteri). Sampel penelitian hanya atlet putera saja yang berjumlah 21 orang, dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Untuk mengukur *explosive power* otot kaki digunakan *vertical power jump test*, mengukur *explosive power* otot lengan dengan tes lempar bola *medicine*, dan mengukur ketepatan *smash* digunakan tes ketepatan *smash*. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dari Pearson dengan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian: (1) Terdapat kontribusi *explosive power* otot lengan sebesar 30,3% terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang. (2) Terdapat kontribusi *explosive power* otot kaki sebesar 24,4% terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang. (3) Terdapat kontribusi *explosive power* otot lengan dan *explosive power* otot kaki secara bersama-sama sebesar 38,3% terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMP Negeri 28 Kota Padang.