

ABSTRAK

Desi Anggraini, (2019). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Terhadap Ketepatan *Smash* Bolavoli (Studi Korelasional Pada Atlet Bolavoli Klub Philipos Kabupaten Lima Puluh Kota)

Masalah dalam penelitian adalah belum maksimalnya *smash* yang dilakukan atlet bolavoli Klub Philipos Kabupaten Lima Puluh Kota. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelentukan terhadap ketepatan *smash* yang dilakukan atlet bolavoli Klub Philipos Kabupaten Lima Puluh Kota.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 36 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah 14 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. Untuk daya ledak otot tungkai di tes dengan *vertical jump*, kelentukan dengan tes kelentukan pinggang (*Flexiometer*). Sedangkan ketepatan *smash* diukur dengan tes ketepatan *smash*. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi terhadap ketepatan *smash* atlet Klub Philipos Kabupaten Lima Puluh Kota, sebesar 35,52%, (2) Kelentukan memberikan kontribusi terhadap ketepatan *smash* atlet Klub Philipos Kabupaten Lima Puluh Kota, sebesar 39,64%, (3) Daya ledak otot tungkai dan kelentukan memberikan kontribusi terhadap ketepatan *smash* atlet Klub Philipos Kabupaten Lima Puluh Kota, sebesar 35,63%.