

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Tubuh Terhadap Kemampuan *Smash* Atlet Bolavoli Klub Guntur 1000 Kecamatan Padang Utara Kota Padang

Oleh: Ade Nasriani

Masalah dalam penelitian ini di duga masih belum baiknya kemampuan *smash* atlet bolavoli klub Guntur 1000 Kecamatan Padang Utara Kota Padang. Banyak faktor yang menyebabkan belum baiknya kemampuan *smash* atlet bolavoli tersebut, diantaranya adalah daya ledak otot tungkai dan kelentukan tubuh yang dimiliki atlet. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengungkapkan hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan tubuh dengan kemampuan *smash* atlet bolavoli klub Guntur 1000 Kecamatan Padang Utara Kota Padang, baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama. .

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu atlet bolavoli klub Guntur 1000 Kecamatan Padang Utara Kota Padang, yang berjumlah sebanyak 21 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel adalah 21 orang. Untuk pengambilan data daya ledak otot tungkai menggunakan *test vertical jump* dan kelentukan tubuh dilakukan dengan tes *fleksiometer*. Sedangkan tes kemampuan *smash* menggunakan tes kemampuan *smash*. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasar analisis data maka hasil penelitian ditemukan: (1) Terdapat hubungan yang *signifikan* daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *smash* dan diterima kebenarannya secara empiris, serta memberikan kontribusi sebesar 21,90%. (2) Terdapat hubungan yang *signifikan* kelentukan tubuh dengan kemampuan *smash* dan diterima kebenarannya secara empiris, serta memberikan kontribusi sebesar 19,45%. (3) Terdapat hubungan yang *signifikan* daya ledak otot tungkai dan kelentukan tubuh secara bersama-sama dengan kemampuan *smash* dan diterima kebenarannya secara empiris, serta memberikan kontribusi sebesar 31,58%.