

ABSTRAK

Aji Rahman, 2019: Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bolavoli SMAN 5 Bengkulu Selatan

Dalam kegiatan pembinaan bolavoli putra di SMAN 5 Bengkulu Selatan masih kurangnya terarah dalam melakukan ketepatan *smash*. Hal itu terlihat dipengaruhi beberapa faktor antara lain, rendahnya daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan *smash* atlet Bolavoli SMAN 5 Bengkulu Selatan.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan instrumen tes. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet laki-laki Bolavoli SMAN 5 Bengkulu Selatan yang berjumlah 25 orang, kemudian teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Total sampling*. Instrumen dalam penelitian ini untuk daya ledak otot lengan menggunakan *One-Hand Medicine Ball Putt*, koordinasi mata tangan menggunakan Lempar Tangkap Bola Tennis, dan ketepatan smash dengan *test smash bola volley*. Data diolah dengan teknik korelasi *product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan terhadap ketepatan *smash* Atlet Bolavoli SMAN 5 Bengkulu Selatan dengan kontribusi sebesar 23,71%. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMAN 5 Bengkulu Selatan dengan kontribusi sebesar 16,00%. Terdapat hubungan yang signifikan secara bersamaan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan ketepatan *smash* atlet bolavoli SMAN 5 Bengkulu Selatan dengan kontribusi sebesar 17,80%.

Kata kunci : Daya Ledak Otot Lengan, Koordinasi Mata-Tangan, Ketepatan Smash