

ABSTRAK

Robby Fernanda (2019) Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Kemampuan *Smash* Atlet Bolavoli Putri Club FKAN Pauh IX Kecamatan Kuranji Padang

Masalah penelitian ini adalah masih Redahnya kemampuan *smash* atlet bolavoli putri Club FKAN Pauh IX Kecamatan Kuranji Padang, diduga disebabkan oleh beberapa faktor antara lain: kondisi fisik seperti daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kekuatan, kelincahan, kelentukan. Tujuan penelitan ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan terhadap kemampuan smash atlet bolavoli putri club FKAN Pauh IX kecamatan kuranji padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan desember 2018 di lapangan club FKAN Pauh IX Kecamatan Kuranji Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 35 orang atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 17 orang atlet. Instrument penelitian ini adalah: 1) Tes Daya ledak otot tungkai diukur dengan *vertikal jump test*, 2) *One hand medicine ball* untuk mengukur daya ledak otot lengan, 3) Tes *diagonal* dan *frontal* untuk mengukur kemampuan *smash*. Teknik analisa data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dengan $=0,05$.

Hasil penelitian adalah: 1) Daya ledak otot tungkai memberikankontribusisebesar 58,10% terhadap kemampuan *smash* Atlet Bolavoli Putri FKAN.2) Daya ledak otot lengan memberikankontribusisebesar 30,58% terhadap kemampuan *smash* Atlet Bolavoli Putri FKAN. 3) Daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot lengan secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 84,27% terhadap kemampuan *smash* Atlet Bolavoli Putri FKAN.