

ABSTRAK

Meti Yulia Jufri. 2020. Hubungan Kemampuan *Skipping* Dengan Daya Ledak Otot Tungkai Atlet Putra Bolavoli Universitas Negeri Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih kurangnya kemampuan *skipping* putra bolavoli Universitas Negeri Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *skipping* dengan daya ledak otot tungkai atlet putra bolavoli Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah atlet bolavoli putra Universitas Negeri Padang yang berjumlah 18 orang. Sampel penelitian atlet bolavoli putra Universitas Negeri Padang sebanyak 18 orang, dengan teknik *total sampling*. Instrumen ini adalah untuk mengukur kemampuan *skipping* digunakan tes kemampuan *skipping* dan untuk mengukur daya ledak otot tungkai dilakukan tes *vertical jump*. Hipotesis penelitian adalah: “Kemampuan *skipping* berhubungan dengan daya ledak otot tungkai pada atlet putra bolavoli Universitas Negeri Padang”. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *produc moment* dengan $\alpha=0,05$

Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan *skipping* dengan daya ledak otot tungkai atlet putra bolavoli Universitas Negeri Padang di peroleh $r_{hit} 0,505 > t_{hit} 0,468$ dan diperoleh $t_{hit} = 3,31 > t_{tab} = 1,74$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kemampuan *skipping* dengan daya ledak otot tungkai atlet putra bolavoli Universitas Negeri Padang.

Kata Kunci : Kemampuan *Skipping*, Daya Ledak Otot Tungkai