

ABSTRAK

Ulfa Ridha Tifali, 2016 : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Bolavoli Putra Klub Semen Padang

Penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauh mana kontribusi daya ledak otot tungkai, dan daya ledak otot lengan, terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli klub Semen Padang.

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi adalah seluruh atlet bolavoli putra Klub Semen Padang yang aktif berlatih dan sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* dengan jumlah 16 orang atlet. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap tiga variabel. Untuk menskor daya ledak otot tungkai menggunakan tes *vertical jump*, daya ledak otot lengan menggunakan tes *one hand medicine ball*, dan ketepatan *smash* menggunakan tes ketepatan *smash*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa 1) terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *smash* sebesar 28,7 %, 2) terdapat kontribusi daya ledak otot lengan terhadap ketepatan *smash* sebesar 31,1% 3) terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai (X1) dan daya ledak otot lengan (X2) secara bersama terhadap ketepatan *smash* sebesar 53,7%.

Kata kunci: Daya ledak otot tungkai; daya ledak otot lengan; ketepatan *smash*