

ABSTRAK

KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN DAYA LEDAK OTOT LINGGIAN TERHADAP KETEPATAN SMASH ATLET BOLAVOLI MALIN DEMAN LAPAI PADANG

OLEH : Oky Ferrinaldi

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap fenomena yang terjadi di lapangan, bahwa ketepatan smash atlet cenderung rendah dan tidak terarah. Masalah inilah diduga disebabkan karena rendahnya daya ledak otot tungkai dan rendahnya daya ledak otot lengan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, ketepatan *smash* atlet bolavoli Malin Deman Lapai Padang, dan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kemampuan *smash* atlet Bolavoli Malin Deman Lapai Padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian ini semua atlet Bolavoli malin Deman Lapai Padang sebanyak 40 orang, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 20 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan tanggal 10 Januari 2012, sedangkan tempat penelitian dilaksanakan di lapangan bolavoli Malin Deman Lapai Padang. Data daya ledak otot tungkai diperoleh dari *standing board jump* test. Data daya ledak otot lengan diperoleh dari *test bola medicine*, sedangkan data ketepatan *smash* dari tes ketepatan smash.

Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dan rumus kontribusi ($r^2 \times 100\%$) dengan taraf signifikan α 0,05. Dari analisis korelasi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *smash* diperoleh $t_{hitung} = 2,77$. Berdasarkan hasil perhitungan kontribusi diperoleh hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *smash* sebesar 29.92%. Dari analisis korelasi daya ledak otot lengan terhadap ketepatan *smash* diperoleh $t_{hitung} = 1,734$. Berdasarkan hasil perhitungan kontribusi diperoleh hubungan antara daya ledak otot lengan terhadap ketepatan *smash* sebesar 29,44%. Dari analisis korelasi ganda antara daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot lengan secara bersama-sama terhadap ketepatan *smash* didapat $R = 0.73$ dan memiliki kontribusi sebesar 53,12%.

Kata Kunci: Daya Ledak Otot Tungkai, daya ledak otot lengan , ketepatan *smash*