

ABSTRAK

DismanHari (2013) : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan Pinggang Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli Atlet Tin Iskandar Medical Kota Pariaman

Masalah penelitian ini adalah rendahnya kemampuan atlet dalam melakukan pukulan *smash*, Masalah ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya rendahnya kemampuan daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan dan kelentukan pinggang terhadap ketepatan *smash*. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan kontribusi daya ledak otot tungkai (X_1), daya ledak otot lengan (X_2) dan kelentukan pinggang (X_3) terhadap ketepatan *smash*(Y) atlet bolavoli Tin Iskandar Medical Kota Pariaman.

Penelitian ini termasuk dalam penelitian *Korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Tin Iskandar Medical Kota Pariaman yang berjumlah 16 orang dan yang menjadi sampel ditetapkan dengan teknik *total sampling* sebanyak 16 orang atlet putra saja. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan tes *Vertical Jump*, *medicine ball*, *flexiometer*, dan tes ketepatan *smash*. Data yang diperoleh dianalisis dengan *product moment* sederhana dan untuk melihat korelasi digunakan metoda ganda *dolittle*, dan untuk mengetahui hasil kontribusi ditentukan dengan rumus *dolittle*.

Dari hasil penelitian diperoleh adalah hasil koefisien korelasi $r_{hitung} > r_{tabel}$ (hipotesis penelitian diterima) dan pengujian signifikan koefisien korelasi variabel X_1 dan Y, variabel X_2 dan Y, X_3 dan Y serta variabel X_1 , X_2 , X_3 terhadap Y diperoleh $F_{hitung} > F_{tabel}$. Dari hasil penelitian ini membuktikan: (1). Terdapat kontribusi yang signifikan antara daya ledak otot tungkai (X_1) dengan ketepatan *smash* sebesar 15 %. (2). Terdapat kontribusi yang signifikan antara daya ledak otot lengan (X_2) dengan Ketepatan *smash* sebesar 5%. (3) Terdapat kontribusi antara kelentukan pinggang (X_3) terhadap ketepatan *smash* sebesar 56%. (4). Terdapat kontribusi antara daya ledak otot tungkai (X_1), daya ledak otot lengan (X_2), dan Kelentukan pinggang (X_3) terhadap Ketepatan *smash* (Y) adalah sebesar 76 %.

Kata kunci: Daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kelentukan pinggang, ketepatan *smash*.