

ABSTRAK

Mela Mariani, (2022). Pengaruh Power Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan Dan Kecepatan Reaksi Terhadap Kemampuan Bermain Bolavoli Pada Ekstrakurikuler Putri SMKN 1 Bangkinang Kota

Masalah dalam penelitian adalah belum maksimalnya Kemampuan Bermain Bolavoli Pada Ekstrakurikuler Putri SMKN 1 Bangkinang Kota. Hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor seperti fisik, teknik, taktik dan mental. Faktor fisik dan psikologis menjadi salah satu kunci untuk mencapai teknik yang baik. Adapun faktor fisik dan psikologis tersebut adalah Power otot lengan, koordinasi mata tangan, dan kecepatan reaksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Power Otot Lengan, Koordinasi Mata Dan Kecepatan Reaksi Terhadap Kemampuan Bermain Bolavoli Pada Ekstrakurikuler Putri SMKN 1 Bangkinang Kota.

Jenis penelitian yaitu kuantitatif menggunakan desain penelitian korelasi dengan metode asosiatif kausal. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total *sampling*, yaitu sampel berupa populasi yang berjumlah 30 orang putri. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap keempat variabel. Untuk Power otot lengan di tes dengan *Two Hand Medicine Ball Put*, Koordinasi mata tangan dengan tes lempar tangkap bola tenis, kecepatan reaksi dengan *Whole Body Reaction..* Sedangkan Kemampuan Bermain Bolavoli diukur dengan tes *passing atas, passing bawah, Smash dan servis*. Data dianalisis dengan analisis jalur (*Paht Analysis*).

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Terdapat pengaruh langsung antara daya ledak otot lengan terhadap kemampuan bermain Bolavoli sebesar 15,7%, (2) Terdapat pengaruh langsung antara koodinasi mata tangan terhadap kemampuan bermain Bolavoli sebesar 22,1%, (3) Terdapat pengaruh langsung antara kecepatan reaksi terhadap kemampuan bermain Bolavoli sebesar 10,%, (4) Tidak terdapat pengaruh langsung antara daya ledak otot lengan terhadap koodinasi mata tangan ,(5) Terdapat pengaruh tidak langsung antara daya ledak otot lengan terhadap kemampuan bermain Bolavoli melalui kecepatan reaksi sebesar 12,8% ,(6) Tidak terdapat pengaruh tidak langsung antara koordinasi mata tangan terhadap kemampuan bermain Bolavoli melalui kecepatan reaksi.

Kata Kunci: *Power* otot lengan, Koordinasi mata tangan, Kecepatan reaksi, Kemampuan Bermain Bolavoli