

ABSTRAK

Kontribusi *Power* Otot Tungkai dan *Power* Otot Lengan Terhadap Kemampuan *Smash* Atlet Bolavoli Ikatan Pemuda Kampung Panyalai (IPLAI) Lubuk Pandan

OLEH : Rio Erwan,

Masalah penelitian adalah rendahnya Kemampuan *smash* atlet bolavoli Ikatan Pemuda Kampung Panyalai (IPLAI) Lubuk Pandan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *smash* atlet bolavoli.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet bolavoli IPLAI Lubuk Pandan yang berjumlah 22 orang, dan sampel adalah seluruh atlet bolavoli Ikatan Pemuda Kampung Panyalai (IPLAI) Lubuk Pandan. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran tes terhadap tiga variabel. Untuk mengukur daya ledak Otot Tungkai menggunakan tes *vertical jump*, daya ledak Otot Lengan menggunakan tes lempar bola *medicine* dan kemampuan *smash* menggunakan tes kemampuan *smash*. Data di analisis dengan tes *vertical jump*, tes lempar bola *medicine* dan tes kemampuan *smash*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis pertama terdapat kontribusi yang berarti antara daya ledak Otot Tungkai terhadap kemampuan *smash* bolavoli sebesar 20 % dan hipotesis kedua terdapat kontribusi yang berarti antara daya ledak Otot Lengan terhadap kemampuan *smash* sebesar 23 %. Sedangkan hipotesis ketiga terdapat kontribusi yang berarti antara daya ledak Otot Tungkai dan daya ledak Otot Lengan secara bersama-sama terhadap kemampuan *smash* sebesar 32,49 %.