

## ABSTRAK

Hubungan daya tahan otot lengan dan kelentukan terhadap kemampuan *passing* atas pemain bolavoli SMA 12 Negeri Padang

OLEH : Besri

penelitian ini diawali dari masalah yang ditemui di lapangan bawasanya siswa SMA 12 Negeri Padang , belum memiliki kemampuan *passing* atas dengan baik. Masalah ini yang diduga disebabkan karena beberapa faktor, antara lain rendahnya daya tahan otot lengan dan kelentukan dengan kemampuan *passing* atas bolavoli. Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan dan kontribusi daya tahan otot lengan dan kelentukan dengan kemampuan *passing* atas bolavoli.

Jenis penelitian adalah korelasional, dengan populasi berjumlah 20 orang, semua populasi diambil sebagai sampel penelitian, dengan demikian teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, instrument penelitian daya tahan otot lengan yaitu dengan push up, dan kelentukan menggunakan flexsiometer, sedangkan intrumen penelitian kemampuan *passing* atas yaitu dengan tes kemampuan *passing* atas ke dinding. Hipotesis penelitian ini adalah (1) terdapat hubungan daya tahan otot lengan terhadap kemampuan *passing* atas pemain bolavoli SMA 12 Negeri Padang. (2) terdapat hubungan kelentukan terhadap kemampuan *passing* atas pemain bolavoli SMA 12 Negeri Padang. (3) terdapat hubungan daya tahan otot lengan dan kelentukan secara bersama-sama terhadap kemampuan *passing* atas bolavoli. Data di analisis menggunakan statistic korelasional *product moment* dan dilanjutkan dengan uji *regresi lenear* sederhana pada taraf signifikansi  $\alpha$  0,05.

Berdasarkan pada perhitungan dan analisis data dengan menggunakan rumus *product moment*, 1) maka diperoleh  $r_{hitung} = 0,4530 > r_{tabel} 0,444$ . Hal ini menunjukkan hipotesis yang diajukan diterima kebenarannya artinya terdapat hubungan signifikan antara daya tahan otot lengan terhadap kemampuan *passing* atas, dengan kontribusi sebesar 20,25%. 2) terdapat hubungan signifikan antara kelentukan terhadap kemampuan *passing* atas bolavoli yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,4135 > r_{tabel} 0,444$  dengan kontribusi sebesar 16,81%. 3) terdapat hubungan yang signifikan antara daya tahan otot lengan dengan kelentukan terhadap kemampuan *passing* atas bolavoli yang diperoleh  $r_{hitung} = 0,676 > r_{tabel} 0,444$ .