

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan dan Dan Otot Tungkai Terhadap Kecepatan *Smash* Atlet Bola Voli Club Padang Adios

OLEH : DONI INDRA

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap fenomena yang terjadi di lapangan, bahwa kecepatan *smash* cenderung rendah. Masalah inilah diduga disebabkan karena rendahnya daya ledak otot lengan dan rendahnya daya ledak otot tungkai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui daya ledak otot lengan atlet, daya ledak otot tungkai atlet, kecepatan *smash* atlet, dan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot lengan dan otot tungkai terhadap kecepatan *smash* atlet bola voli.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi penelitian ini semua atlet bola voli club padang adios 46 orang, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 25 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember-Januari 2012, sedangkan tempat penelitian dilaksanakan di gor H. Agus Salim Padang. Data daya ledak otot lengan diperoleh dari *medicine ball test*, Daya ledak otot tungkai menggunakan *vertical jump*, sedangkan kecepatan smash diambil tes kecepatan *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 data daya ledak otot lengan diperoleh hasil $r_{hitung} = 0,6101$ dan $r_{tabel} = 0,396$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Artinya $r_{hitung} > r_{tabel}$. Berdasarkan hasil perhitungan kontribusi diperoleh hubungan antara daya ledak otot lengan terhadap kecepatan *smash* sebesar 37.23%. Dari analisis data daya ledak otot tungkai diperoleh hasil $r_{hitung} = 0,7602$ dan $r_{tabel} = 0,396$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Artinya $r_{hitung} > r_{tabel}$. Berdasarkan hasil perhitungan kontribusi diperoleh hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap kecepatan *smash* sebesar 57.79%. Dari analisis data daya ledak otot lengan dan daya ledak otot tungkai secara bersama-sama memiliki kontribusi sebesar 60.60% terhadap kecepatan *smash*.