

ABSTRAK

Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan DayaTahan Kekuatan Otot Perut terhadap Ketepatan *Smash* Atlit Bolavoli SMK Negeri 1 Solok Selatan

Oleh : Indra Candra, (2012)

Masalah dalam penelitian ini adalah ketepatan *smash* atlit bolavoli SMK Negeri 1 Solok Selatan belum begitu baik, karena bolavoli yang dipukul sering tidak mencapai sasaran atau keluar lapangan dan menyangkut di net. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan daya tahan kekuatan otot perut terhadap ketepatan *smash*, serta seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kekuatan dayatahan otot perut secara bersama-sama terhadap ketepatan *smash* atlit bolavoli SMK Negeri 1 Solok Selatan.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi penelitian adalah semua atlit bolavoli SMK Negeri 1 Solok Selatan yang berjumlah 26 orang pemain. Sampel dengan teknik *total sampling*, yaitu semua populasi dijadikan sampel yang berjumlah 26 orang. Data dikumpulkan menggunakan tes terhadap ketiga variabel tersebut. Data variabel daya ledak otot tungkai diambil dengan tes *vertical jump*, variabel dayatahan kekuatan otot perut menggunakan tes *sit-up* dan ketepatan *smash* menggunakan tes ketepatan *smash*. Teknik analisis data adalah dengan korelasi *product-moment*, dan korelasi ganda.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *smash* atlit bolavoli SMK Negeri 1 Solok Selatan, dengan kontribusi sebesar 0,364, berdasar korelasi di peroleh kontribusi sebesar 13,3, (2) terdapat kontribusi daya tahan kekuatan otot perut terhadap ketepatan *smash* atlit bolavoli SMK Negeri 1 Solok Selatan, dengan kontribusi sebesar 0,339 berdasar korelasi di peroleh kontribusi sebesar 11,5, (3) terdapat kontribusi daya ledak otot tungkai dan daya tahan kekuatan otot perut dan terhadap ketepatan *smash*. atlit bolavoli SMK Negeri 1 Solok Selatan, dengan kontribusi sebesar 0,652, berdasar korelasi di peroleh kontribusi sebesar 42,5%.