

ABTRAK

Kontribusi Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelentukan Togok Terhadap Kemampuan Smash Pada Klub Bolavoli Gaverbant Pasar Bantal Kabupaten Mukomuko

OLEH : Lisa Amelda,2012:

Permasalahan dalam penelitian ini berawal dari observasi pendahuluan, ditemukan bahwa kemampuan smash Atlet klub bolavoli GAVERBANT pasar bantal kabupaten mukomuko masih belum baik, banyak faktor yang menyebabkan kemampuan smash belum baik, diantaranya adalah daya tahan kekuatan otot tungkai dan kelentukan togok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai dan kelentukan togok terhadap kemampuan smash atlet bolavoli GAVERBANT pasar bantal kabupaten Mukomuko.

Jenis penelitian adalah korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bolavoli GAVERBANT pasar bantal, yang berjumlah sebanyak 22 orang. Sedangkan teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *totalsampling* atau semua populasi di jadikan sampel, sehingga berjumlah sebanyak 22 orang. Teknik pengumpulan data untuk variabel daya tahan kekuatan otot tungkai menggunakan tes *sguat jump*, kelentukan togok menggunakan tes *flexsiometer* dan variabel kemampuan smash menggunakan tes ketepatan sasaran smash. Analisis data dilakukan dengan menggunakan korelasi *produt moment* dan dilanjutkan dengan rumus determinasi $r^2 \times 100\%$ untuk mengetahui kontribusi variabel X terhadap Y.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa untuk mengetahui kontribusi: 1) Terdapat kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai (X_1) terhadap kemampuan smash atlet bolavoli (Y) bernilai $0,505 > r_{tab} 0,423$. 2) Terdapat kontribusi kelentukan togok (X_2) dengan kemampuan smash atlet bolavoli (Y), Bernilai $0,576 > r_{tab} 0,423$. 3) Terdapat kontribusi daya tahan kekuatan otot tungkai (X_1) dan kelentukan togok (X_2) secara bersama terhadap kemampuan smash atlet bolavoli (Y) bernilai $0,631 > r_{tab} 0,423$.