

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELINCAHAN
TERHADAP HASIL SMASH ATLET BOLAVOLI PUTERA KLUB
HANTER KECAMATAN LAREH SAGO HALABAN
KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

**YANRI PENDRIAL
NIM. 06766**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincihan Terhadap Hasil *Smash* Atlet Bolavoli Putera Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota.

Nama : Yanri Pendrial

Nim : 06766

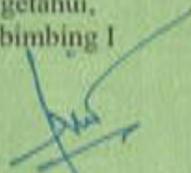
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

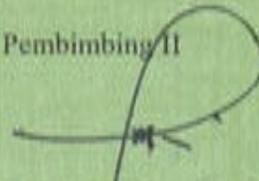
Padang, Agustus 2012

Mengetahui,
Pembimbing I



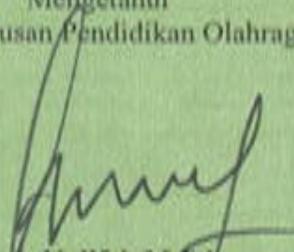
Drs. Suwirman, M.Pd
NIP.19611119 198602 1 001

Pembimbing II



Drs. Syafrizar, M.Pd
NIP. 19600919 198703 1 003

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulfri, M.Pd
NIP.19560705 198503 1 002

HALAMAN PENGESAHAN

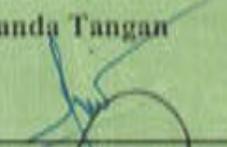
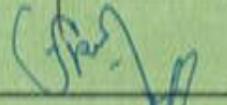
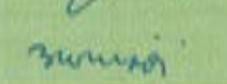
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan

Judul : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkal Dan
Kelincahan Terhadap Hasil *Smash* Atlet Bolavoli
Putera Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban
Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : Yanri Pendrial
NIM : 06766
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2012

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Drs. Suwirman, M.Pd	1. 
2. Sekretaris : Drs. Syafrizar, M.Pd	2. 
3. Anggota : Dra. Erianti, M.Pd	3. 
4. Anggota : Drs. Ali Umar, M.Kes	4. 
5. Anggota : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	5. 

Sesungguhnya Sesudah Kepahitan Itu Ada Kemudahan
Maka Apabila K amu Selesai Dengan Suatu Urusan
Kerjakanlah Dengan Sunggh- Sunggh Urusan Yang Lain
Dan hanya kepada -nya Lah segala urusan akan kembali

(QS. Alam Nasyrah: 6-8)

Ya Allah.... Ya Robbi....

Hari Ini setitik kebahagiaan telah kuraih sekeping cinta dan harapan
telah kudapatkan

Namun perjalanan masih panjang dan perjuangan belum selesai

Semoga rahmat Ini Menjadi awal keberhasilan

Di masa yang akan datang

Ku menyaadari apa yang ku perbuat hari ini belum mampu untuk
membalas kasih sayang dan pengorbanan keluargaku, Bapak, Ibuku dari kecil
engkau memberikan kasih sayangmu kepadaku hingga aku kuliah dan
mendapatkan gelar sarjana. Sungguh luar biasa segala pengorbananmu.
Karenanya ya Allah jadikanlah keringat mereka dan jerih payah mereka
bagai penyejuk di kala pagi hari untuk menuju dermaga Keberhasilanku
Amin.....

Kupersembahkan Karya ini untuk bapakku Darpenis dan Ibuku Syafni
SPd. I, Dan Adikku lauma sesra, Sebagai Ungkapan Terima Kasihku , Aku
Menyadari Tanpa ada Ridho Dan Motivasi Darimu aku bukanlah apa- apa.
Kuberdo'a semoga kasih sayangmu terus mengalir dan tak lekang oleh waktu.

Terimakasih kepada Bapak Drs Suwirman MP.d dan Drs Syafrizar MP.d
selama ini telah memberikan motivasi selama bimbingan , Kepada buk Dr.a
erianti MP.d, Bapak Ali Umar M. Kes dan Bapak Willadi Rasyid yang telah
memberikan kritik an sarannya. Bapak/ibuk Yanri Mintak Ma'af kalau ada
perbuatan atau perkataan yang menyinggung bapak atau ibuk selama
ini.....

To Sahabatku.... Radman, roli, andika rian, Eka,bram, Pekok dan Robi
yang sudah duli menyelesaikan studinya.

Sahabat putihnya awan bisa kau lihat

Putihnya hatiku bisakah kau lihat

Sahabat bisakah kau dengarku

Sahabat mampukah kau melihatku disaat bintang tak lagi menyinariku

Sahabat mampukah kau menghampiriku disaat semua menjauhiku

Sahabat aku tak berharap menjadi yang terpenting dalam hidupmu

Sahabat aku Cuma berharap semoga kita selalu bersama disaat senang maupun duka

Sahabat semoga persahabatan kita selalu abadi Amin.....

Terimakasih juga kepada teman - teman seperjuanganku local C NR lai ndk sio-sio perjuangan wak salamo ko, susah sanang wak arungi basamo, ku harap prtemanan yang sesaat selalu menjejak dihati.....Kalian Emang baik ,mksh y bwt motivasinya, jn lpoan dn ndk frend.....

.Dan Yang Teristimewa buat radman yang telah banyak membantu makasih motivasinya dan saran- saranya man. Ntuak iyus makasih banyak yus walau awak acok salisiah paham.Tuak andika semoga cepat diwisuda Buat roli semangat jadi anggota Damkar li dan juga buat teman - teman di kos Tomi dan Yogi makasih buat semuanya....

BY,,,

YANRI.....(YP)

ABSTRAK

Yanri Pendrial, (06766) : Kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap hasil *smash* atlet bolavoli putera Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya hasil *smash* bolavoli putera Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan dengan hasil *smash* bolavoli putera Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu keseluruhan atlet bolavoli yang terdaftar dan ikut aktif mengikuti latihan yang berjumlah sebanyak 33 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini atlet putera saja yang berjumlah 18 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. variabel daya ledak otot tungkai menggunakan tes *vertical jump* dan kelincahan menggunakan tes *zig-zag run*. Sedangkan hasil *smash* menggunakan tes hasil *smash*. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis pertama daya ledak otot tungkai mempunyai hubungan dengan hasil *smash*, karena ditemukan $r_{hitung} 0,507 > r_{tabel} 0,468$ dan besar kontribusinya adalah 25,70%. Untuk hipotesis kedua kelincahan tidak mempunyai hubungan dengan hasil *smash* dan diterima kebenarannya secara empiris, karena ditemukan $r_{hitung} 0,278 < r_{tabel} 0,468$. Selanjutnya hipotesis ketiga daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama mempunyai hubungan secara signifikan dengan hasil *smash* dan diterima kebenarannya secara empiris, karena ditemukan $r_{hitung} = 0,518 > r_{tabel} 0,468$ dan besar kontribusinya adalah 26,83%

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah dan puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: Kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap hasil *smash* atlet bolavoli putra Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materil maupun moril dan penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Drs. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs.Suwirman M.Pd dan Drs. Syafrizar, M.Pd, selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.

4. Dra. Erianti, M.Pd, Drs. Ali Umar, M.Kes, dan Drs. Willadi Rasyid MPd selaku tim penguji skripsi yang telah banyak memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Pelatih dan Pemain serta pengurus Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota.
7. Rekan-rekan yang telah memberikan bantuan moril maupun materil kepada penulis demi selesainya penulisan skripsi ini.

Walaupun penulis telah mencurahkan segenap tenaga dan kemampuan namun penulis percaya skripsi ini tidak luput dari kekurangan dan kesalahan, oleh sebab itu kritik dan saran sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini. Harapan penulis semoga tulisan ini memberi arti bagi pembaca maupun penulis sendiri. Semoga Allah SWT memberikan Rahmat dan Karunia-Nya kepada kita semua.

Padang, Agustus 2012

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Bolavoli.....	9
2. Kondisi Fisik.....	10
3. Daya Ledak Otot Tungkai.....	12
4. Kelincahan	16
5. Smash Dalam Permainan Bolavoli	19
B. Kerangka Konseptual.....	22
C. Hipotesis Penelitian	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel.....	27
D. Defenisi Operasional.....	28
E. Jenis dan Sumber Data	29
F. Prosedur Penelitian	30
G. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	31
H. Teknik Analisa Data	36

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	
1. Daya Ledak Otot Tungkai.....	38
2. Kelincahan	40
3. Hasil Smash.....	42
B. Uji Persyaratan Analisis	44
C. Uji Hipotesis	44
D. Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	48

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	54

DAFTAR PUSTAKA.....	56
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	28
2. Distribusi Hasil Data Daya Ledak Otot Tungkai	38
3. Distribusi Hasil Data Kelincahan.....	40
4. Distribusi Hasil Data Hasil Smash.....	42
5. Rangkuman Uji Normalitas Data.....	44
6. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dengan Y.....	45
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X_1 dan X_2 Secara Bersama-sama dengan Y.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gerakan Teknik Smash.....	21
2. Kerangka Konseptual.....	25
3. Tes Vertical Jump.....	31
4. Lintasan Kelincahan.....	34
5. Lapangan Untuk Tes Smash.....	36
6. Histogram Hasil Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	39
7. Histogram Hasil Data Kelincahan	41
8. Histogram Hasil Data Hasil Smash	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Daya Ledak Otot Tungkai.....	58
2. Rekap Data Kelincahan.....	59
3. Rekap Data Hasil Smash.....	60
4. Uji Normalitas Variabel Daya Ledak Otot Tungkai.....	61
5. Uji Normalitas Variabel Kelincahan	62
6. Uji Normalitas Variabel Hasil Smash.....	63
7. Uji Hipotesis X_1 dan Y	64
8. Uji Hipotesis X_2 dan Y	65
9. Korelasi Ganda	66
10. Tabel Luas Standar Normal	67
11. Tabel Uji Lilliefors	68
12. Tabel Nilai r Product Moment.....	69
13. Tabel Nilai Distribusi T	70
14. Tabel Nilai Distribusi F	71
15. Dokumentasi Penelitian	72
16. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP	
17. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kab. Lima Puluh Kota	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu cabang olahraga yang saat ini sedang berkembang di percaturan olahraga Indonesia adalah permainan bolavoli. Melalui pengamatan peneliti ternyata permainan bolavoli sudah berkembang menjadi olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat. Dimulai dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, masyarakat kota sampai masyarakat desa.

Pada saat sekarang, olahraga bolavoli tidak saja sebagai olahraga rekreasi tetapi sudah termasuk olahraga yang diharapkan untuk berprestasi dengan baik. Melalui olahraga prestasi diharapkan nantinya dapat melahirkan atlet yang dapat mengharumkan nama daerah, bangsa dan negara dalam berbagai juara yang diperlombakan. Sesuai dengan tujuan prestasi yang dijelaskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 pasal 20 ayat 1 tentang Sistem Keolahragaan Tahun (2005:12) bahwa: "olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat manusia".

Untuk meningkatkan prestasi permainan bolavoli ada 4 komponen yang harus yang harus mendapatkan perhatian yaitu: kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Hal ini sesuai dengan yang

dikemukakan Syafruddin (2011:16) untuk mencapai prestasi olahraga secara optimal tidak terlepas dari kemampuan atau potensi dalam bentuk kemampuan kondisi fisik, keterampilan teknik, kemampuan taktik atau strategi, dan kemampuan mental. Untuk itu didalam pembinaan dan pengembangan pada permainan bolavoli harus mempunyai kemampuan atau potensi untuk mendapatkan hasil yang optimal.

Dalam usaha untuk mengembangkan prestasi pada cabang olahraga terutama dalam pembinaan dan pengembangan olahraga bolavoli perlu dilakukan pembenahan sejak awal misalnya dengan membentuk klub-klub bolavoli di berbagai daerah. Sebab, klub tersebut akan memunculkan bibit-bibit atlet bolavoli yang andal. Salah satunya Klub Hanter, yang merupakan salah satu dari sekian banyak klub yang melakukan pembinaan dan pengembangan dalam olahraga bolavoli khususnya di Kabupaten Lima Puluh Kota Provinsi Sumatera Barat, dimana nantinya diharapkan bisa melahirkan atlet-atlet muda yang berkualitas sehingga dapat memberikan dampak yang positif baik terhadap pribadi maupun kelompok.

Dalam mencapai prestasi tersebut, tentu tidak terlepas dari pembinaan latihan yang dilakukan secara terarah dan terpadu serta dilakukan secara terus-menerus sehingga atlet dapat memiliki keterampilan bermain bolavoli yang baik. Begitu juga dengan atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima

Puluh Kota, diharapkan dapat berprestasi dalam cabang olahraga bolavoli.

Berdasarkan pengamatan dan observasi langsung yang penulis lakukan di lapangan dan penulis juga pernah menyaksikan beberapa kali pertandingan, ternyata atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota dalam melakukan *smash* banyak yang belum berhasil, sehingga dalam pertandingan tersebut sering kalah karena banyak kehilangan angka atau poin disebabkan kemampuan *smash* atlet masih rendah, sehingga hasil *smash* tersebut dapat dikatakan hasilnya belum memuaskan. Pada hal *smash* sangat penting dalam mencapai kemenangan seperti yang diungkapkan oleh Erianti (2012:197) *smash* dalam permainan bolavoli adalah “pukulan utama dalam penyerangan untuk mencapai kemenangan”.

Hasil pukulan *smash* yang dilakukan oleh atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota, belum begitu baik terlihat dari cara melakukan *smash* belum begitu baik atau penguasaan teknik *smash* masih rendah. Sering terjadi kesalahan dalam melakukan lompatan, perkenaan tangan dengan bola tidak tepat dan, loncatan ke atas masih rendah sehingga raihan bola yang terlalu rendah bola menyangkut di net, kemudian koordinasi gerakan yang belum sempurna menyebabkan pukulan terhadap bola sering tidak konstan. Selanjutnya pukulan *smash* yang dilakukan juga tidak terlalu keras sehingga bola dengan mudah diterima oleh pemain lawan.

Untuk dapat melakukan *smash* dengan baik dengan penguasaan teknik yang benar banyak faktor yang mempengaruhinya. Diantara faktor tersebut yaitu penguasaan teknik seperti langkah awal, tolakan untuk meloncat, ayunan lengan, perkenaan bola dengan tangan, dan sikap badan saat mendarat kembali setelah memukul bola, serta emosional atlet pada saat memukul bola akan dapat mempengaruhi *smash* yang ia lakukan.

Di samping itu faktor kondisi fisik seperti daya ledak otot lengan, koordinasi mata-tangan, kelentukan tubuh, kekuatan otot perut, dan keseimbangan tubuh, serta daya ledak otot tungkai karena daya ledak otot tungkai diperlukan kemampuan meloncat yang tinggi dan raihan tangan sehingga bola dapat dipukul pada titik tertinggi di atas net dan bola dapat diarahkan pada tempat atau daerah lapangan yang sulit bagi pemain lawan untuk menerima bola hasil pukulan *smash* tersebut. Selanjutnya kelincahan seseorang dalam melakukan *smash* juga merupakan hal yang harus dimiliki karena dapat mempermudah orientasi lingkungan dan gerakan teman seregu, serta gerak bermain, melakukan gerak tipu atau melakukan *smash* dan mematikan serangan lawan dengan gerakan yang tiba-tiba dan cepat dalam merubah arah.

Melihat kenyataan di atas, kalau dibiarkan akan berdampak semakin menurun prestasi klub Hanter. Hal ini terbukti pada beberapa tahun yang lalu klub Hanter pernah menjuarai beberapa kejuaraan. Salah satunya menjuarai open turnamen Kapolda *cup* yang diadakan

di Pekanbaru Riau, tapi pada saat sekarang klub Hanter tidak pernah lagi menjuarai kejuaraan yang diikuti. Untuk itu penulis sebagai pecinta olahraga bolavoli merasa terpanggil untuk mencari solusi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi. Jika hal ini dibiarkan maka prestasi yang dahulunya pernah diukir akan sulit untuk diraih kembali.

Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan tujuan mengetahui penyebab tidak optimalnya *smash* yang dilakukan oleh atlet klub Hanter. Diantara faktor penyebabnya penulis menduga disebabkan oleh faktor kondisi fisik yaitu daya ledak otot tungkai dan kelincahan, namun belum diketahui seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap hasil *smash* atlet bolavoli putera klub Hanter. Untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Hasil *Smash* Atlet Bolavoli Putera Klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, penulis dapat dikemukakan identifikasikan masalah yakni sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai
2. Daya ledak otot lengan
3. Kekuatan otot perut
4. Koordinasi mata-tangan

5. Penguasaan teknik
6. Kelentukan tubuh
7. Ayunan lengan
8. Kelincahan
9. Emosional atlet

C. Pembatasan Masalah

Berpedoman dari diidentifikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi hasil *smash*, karena keterbatasan biaya, waktu dan tenaga maka penulis membatasi permasalahan yaitu :

1. Daya ledak otot tungkai.
2. Kelincahan.

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, maka dapat dapat dirumuskan permasalahan yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan hasil *smash* atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota ?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan hasil *smash* atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota ?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama dengan hasil *smash*

atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban
Kabupaten Lima Puluh Kota ?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan hasil *smash* atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota ?
2. Hubungan antara kelincahan dengan hasil *smash* atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota ?
3. Hubungan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama dengan hasil *smash* atlet bolavoli klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota ?
4. Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap hasil *smash* atlet bolavoli putra klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota.
5. Kontribusi kelincahan terhadap hasil *smash* atlet bolavoli putra klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota.
6. Kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama terhadap hasil *smash* atlet bolavoli putra klub Hanter Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan nantinya dapat bermanfaat bagi :

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih atlet bolavoli klub Hanter sebagai masukan dalam meningkatkan kemampuan teknik terlebih dahulu memperhatikan kemampuan kondisi fisik.
3. Pemkab/pemkot PBVSI di lingkungan Sumatera Barat sebagai bahan masukan dalam pembinaan dan meningkatkan prestasi atlet.
4. Peneliti selanjutnya sebagai bahan acuan dalam melakukan penelitian lebih mendalam dengan kajian yang sama.
5. Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai tambahan bahan bacaan bagi mahasiswa.