

## SARI

**Joko Arief Wicaksono, 2011.** *Sumbangan Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Passing Atas Bola Voli pada Mahasiswa Putra ICK Bola Voli UNNES Tahun 2010.* Skripsi. Jurusan PKLO Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan penelitian adalah : 1) Mengetahu seberapa besar sumbangan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli?, 2) Mengetahu seberapa besar sumbangan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* atas bola voli?, dan 3) Mengetahu seberapa besar sumbangan kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* atas bola voli?. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : 1) Berapa besaran sumbangan kekuatan otot lengan terhadap *passing* atas bola voli, 2) Berapa besaran sumbangan kekuatan otot tungkai terhadap *passing* atas bola voli, dan 3) Berapa besaran sumbangan kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* atas bola voli.

Penelitian ini merupakan penelitian populasi yang dilakukan pada seluruh populasi mahasiswa putra peserta ICK bola voli UNNES tahun 2011 berjumlah 21 orang sebagai subyek penelitian. Variabel penelitian ini meliputi kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai sebagai variabel bebas serta kemampuan *passing* atas sebagai variabel terikat. Metode pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran. Analisis data menggunakan teknik regresi sederhana dan ganda.

Hasil analisis Pengolahan data memperoleh : 1) Nilai Fhitung untuk variabel kekuatan otot lengan (X1) sebesar  $22,995 > F_{tabel} = 4,34$ , berarti ada sumbangan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli, 2) Nilai Fhitung untuk variabel kekuatan otot tungkai (X2) sebesar  $12,084 > F_{tabel} = 4,38$ , berarti ada sumbangan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* atas bola voli, 3) nilai Fhitung =  $16,152 > F_{tabel} = 3,55$ , yang berarti ada sumbangan kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *passing* atas bola voli, dan 4) Secara sendiri-sendiri kekuatan otot lengan memberikan sumbangan sebesar 54,8% dan kekuatan otot tungkai memberikan sumbangan sebesar 38,9% sedangkan secara bersama-sama kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai memberikan sumbangan sebesar 64,2%.

Berdasarkan hasil penelitian di mana kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai memberikan sumbangan yang signifikan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli, maka penulis dapat mengajukan saran : 1) Bagi para pemain selain berkonsentrasi pada latihan teknik dasar *passing* atas perlu juga meningkatkan latihan kondisi fisik khususnya pada peningkatan kekuatan otot tungkai dan otot lengan, 2) Bagi peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis dapat menambahkan variabel lain yang diduga