

SARI

Khoirur Rozikin, 2010. HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELENTUKAN TOGOK DENGAN KETEPATAN *JUMPING SERVICE* DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA PEMAIN PUTRA KLUB IVOKAS KABUPATEN SEMARANG TAHUN 2010. Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan penelitian adalah : 1) Apakah ada hubungan daya ledak otot tungkai dengan ketepatan *jumping service*?, 2) Apakah ada hubungan kelentukan togok dengan ketepatan *jumping service*?, dan 3) Apakah ada hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok dengan ketepatan *jumping service*?. Tujuan penelitian untuk mengetahui : 1) Hubungan daya ledak otot tungkai dengan ketepatan *jumping service*, 2) Hubungan kelentukan togok dengan ketepatan *jumping service*, dan 3) Hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok dengan ketepatan *jumping service*.

Populasi penelitian ini adalah atlet bola voli klub IVOKAS kabupaten Semarang berjumlah 24 orang. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*, yaitu mengambil seluruh anggota populasi sebagai sampel. Variabel penelitian ini meliputi variabel daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok sebagai variabel bebas serta ketepatan *jumping service* sebagai variabel terikat. Metode pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran. Data dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana dan regresi ganda.

Hasil analisis data diperoleh : 1) Koefisien korelasi daya ledak otot tungkai (X_1) dengan ketepatan *jumping service* (Y) sebesar $0,637 > r_{tabel} = 0,404$, berarti ada hubungan daya ledak otot tungkai dengan ketepatan *jumping service*, 2) Koefisien korelasi kelentukan togok (X_2) dengan ketepatan *jumping service* (Y) sebesar $0,505 > r_{tabel} = 0,404$, berarti ada hubungan kelentukan togok dengan ketepatan *jumping service*, dan 3) Koefisien korelasi daya ledak otot tungkai (X_1) dan kelentukan togok (X_2) dengan ketepatan *jumping service* (Y) sebesar $0,719$ dan dari uji F diperoleh $F_{hitung} = 11,219$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$, berarti ada hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok dengan ketepatan *jumping service*.

Simpulan penelitian ini baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok dengan ketepatan *jumping service*. Terkait dengan hal penelitian ini maka dapat diajukan saran : 1) Pelatih di klub IVOKAS Kabupaten Semarang selain memberikan latihan teknik dasar *jumping service* juga perlu memberikan latihan peningkatan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok secara terprogram dan terencana serta sering melakukan latihan guna mengkoordinasikan unsur tersebut dengan gerakan *jumping service* agar para pemainnya memiliki kemampuan melakukan *jumping service* yang lebih baik, dan 2) Bagi peneliti lain yang hendak mengadakan penelitian sejenis, disarankan untuk menambahkan variabel yang lain yang diduga turut berhubungan dengan ketepatan *jumping service* agar diperoleh