

Mario Gautama. 2011. "Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Panjang Lengan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap hasil Smash Normal Dalam Permainan Bola Voli Pada Pemain Putra Klub IVOKAS Kabupaten Semarang tahun 2011". Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.

Kata Kunci : Kekuatan Otot Lengan, Panjang Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai, Hasil *Smash* Normal

Permasalahan dalam penelitian ini adalah : 1) Apakah ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?, 2) Apakah ada hubungan antara panjang lengan dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?, 3) Apakah ada hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?, 4) Apakah ada hubungan antara kekuatan otot lengan, panjang lengan, dan daya ledak otot tungkai dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?. Tujuan penelitian ini adalah : 1) Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?, 2) Hubungan antara panjang lengan dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?, 3) Hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?, 4) Hubungan antara kekuatan otot lengan, panjang lengan, dan daya ledak otot tungkai dengan hasil *smash* normal dalam permainan bola voli ?, 5) Seberapa besar sumbangan masing- masing variabel terhadap hasil *smash* normal dalam permainan bola voli.

Populasi penelitian ini adalah Pemain Putra IVOKAS Kabupaten Semarang. Sample yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 20 pemain. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (kekuatan otot lengan, panjang lengan dan dan daya ledak otot tungkai) serta variabel terikat (*smash normal*). Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kerelasi *product mament*.

Hasil penelitian menunjukkan kekuatn otot lengan (*push*) sebesar r_{hitung} (0,533), kekuatan otot lengan (*pull*) sebesar (0,789) panjang lengan sebesar r_{hitung} (0,549), daya ledak otot tungkai sebesar r_{hitung} (0,736), Sedangkan secara simultan (bersama-sama) diperoleh nilai (0,444) sehingga dapat disimpulkanterdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan, panjang lengan dan daya ledak otot tungkai dengan hasil *smash* normal bola voli Pemain Putra IVOKAS Kabupaten Semarang secara persial dan simultan.

Adapun beberapa saran yang dapat peneliti berikan terkait dengan hasil penelitian antara lain Untuk memperoleh power tungkai yang lebih tinggi maka perlu dilakukan latihan-latihan yang berkontribusi dengan daya ledak otot tungkai, seperti dengan melakukan latihan loncat, atau latihan lainnya yang berkontribusi dengan daya ledak secara rutin dan terprogram. Untuk penelitian selanjutnya dapat diteliti faktor-faktor lain selain variabel ini sehingga diperoleh hasil yang dapat digeneralisasikan.