

HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KETERAMPILAN SMASH BOLAVOLI PADA PEMAIN PUTRA PBV BRAWIJAYA SUMENEP

Abstrak

Fathol Waris
101.85201.1.A.000103

Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan, dan Keterampilan *Smash*

Keterampilan dalam melakukan smes dengan akurasi yang sangat tinggi serta dapat menambah perestasi bermain dan aktifitas sesuai yang akan diharapkan adalah suatu kemampuan yang paling dibutuhkan oleh seorang *smasher* bolavoli. Untuk menunjang keterampilan smes tersebut dibutuhkan komponen kondisi fisik yang bagus seperti daya ledak otot tungkai, dan kekuatan otot lengan. Dengan adanya daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan diharapkan menunjang terhadap keterampilan melakukan sebuah keterampilan dalam melakukan smes.

Daya ledak otot tungkai merupakan kemampuan otot tungkai untuk melakukan sebuah gerakan yang kuat dan cepat, dalam permainan bolavoli daya ledak otot tungkai dilakukan saat pemain meloncat untuk melakukan smes. Sedangkan kekuatan otot lengan adalah kemampuan otot lengan menagani atau menghadapi suatu beban tanpa merasakan suatu kelelahan berarti, sedangkan pada permainan bolavoli kekuatan otot lengan digunakan saat pemain melakukan smes dengan sekeras-kerasnya.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif *eksperimen*, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan, meringkaskan berbagai kondisi, berbagai situasi, atau berbagai variabel yang timbul saat pengukuran kondisi fisik yang diambil saat tes. Data yang diambil merupakan data yang diperoleh dari hasil tes dan pengukuran daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan pemain putra PBV Brawijaya Sumenep. Obyek yang diteliti dalam penelitian ini adalah populasi pemain putra PBV Brawijaya sumenep.

Dari data yang peneliti ambil saat melakukan tes di lapangan PBV Brawijaya, rata-rata daya ledak otot tungkai pemain PBV Brawijaya adalah 127,2196 *joule/detik*, dengan korelasi sebesar -0,151 yang mana apabila dilihat dari tabel interpretasi hubungannya tidak ada sama sekali. Sedangkan untuk hasil kekuatan otot lengan pemain putra PBV Brawijaya rata-rata 24,8 kali, dengan tingkat korelasi -0,76 yang mana tingkat korelasinya tidak ada sama sekali.

Dengan kata lain kedua variable bebas hampir tidak berhubungan dengan *variable* terikat, yang mana *variable* terikatnya keterampilan *smash*. Jadi dapat disimpulkan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan tidak memepengaruhi kualitas keterampilan *smash* pada pemain putra PBV Brawijaya.