

ABSTRAK

DANDI FUJI DAENI. 2022. **Hubungan antara Kekuatan Otot Lengan dan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Smash pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Ciledug Al-musaddadiyah Garut.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkap hubungan antara kekuatan otot lengan dan *power* otot tungkai dengan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Ciledug Al-musaddadiyah Garut tahun ajaran 2021/2022. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dan instrument dalam penelitian ini adalah tes *Two Hand Medicine ball-put*, tes *Vertical Jump* dan Tes kemampuan *Smash* dalam permainan bola voli. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Ciledug Al-musaddadiyah Garut tahun ajaran 2021/2022 sebanyak 20 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan uji statistic, ternyata secara empiric kekuatan otot lengan dan *power* otot tungkai mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Ciledug Al-musaddadiyah garut tahun ajaran 2021/2022.

Kata Kunci : Bola voli, hubungan, kekuatan otot, power otot, smash

ABSTRACT

DANDI FUJI DAENI. 2022. *The relationship between Arm Muscle Strength and Limb Muscle Power with Smash Ability in Extracurricular Boys Students Volleyball Ciledug Al-musaddadiyah Garut High School*. Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, University Siliwangi, Tasikmalaya.

The purpose of this study is to reveal the relationship between arm muscle strength and leg muscle power with smash ability in volleyball games in extracurricular volleyball male students of Ciledug Al-musaddadiyah High School Garut school year 2021/2022. The research method used is a descriptive method and the instruments in this study are the Two Hand Medicine ball-put test, the Vertical Jump test and the Smash skill test in volleyball games. The population and samples in this study were 20 male students of volleyball extracurricular volleyball at Ciledug Al-musaddadiyah Garut High School for the 2021/2022 school year using purposive sampling techniques. Based on the results of data processing with statistical tests, it turns out that empirically the strength of the arm muscles and the strength of the leg muscles have a significant relationship with the results of smashes in the volleyball game in extracurricular male students of Ciledug Al-musaddadiyah High School for the 2021/2022 school year.

Keywords : muscle power, muscle strength, Relationships, smash, Volleyball