

## ABSTRAK

DRESTA NUR FAISAL (2021). “**KONTRIBUSI *POWER* OTOT TUNGKAI DAN *POWER* OTOT LENGAN TERHADAP HASIL *SPIKE* PERMAINAN BOLA VOLI (Studi Deskriptif Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021)**”. Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Populasi penelitian adalah siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya sebanyak 30 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 20 orang. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan uji statistik, ternyata secara empirik terdapat kontribusi yang berarti antara *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya. Berdasarkan hasil penelitian di atas, penulis menyarankan kepada berbagai pihak yang terkait dengan bidang keolahragaan, khususnya dengan cabang olahraga bola voli, bahwa untuk menghasilkan prestasi *spike* yang efektif diutamakan melatih *power* otot tungkai dan *power* otot lengan sehingga kedua komponen kondisi fisik tersebut tersebut berkontribusi terhadap hasil *spike*.

**Kata Kunci :** *Power* otot tungkai, *Power* otot lengan, *Spike* Bola Voli

### ***ABSTRACT***

DRESTA NUR FAISAL (2021). **"CONTRIBUTION OF LIMB MUSCLE POWER AND ARM MUSCLE POWER TO THE RESULTS OF THE VOLLYBALL SPIKE GAME** (Descriptive Study on Male Volleyball Extracurricular Students at SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya, Academic Year 2020/2021)". Department of Physical Education, Health, and Recreation, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

The purpose of this study was to obtain information about the contribution of leg muscle power and arm muscle power to the spike results of volleyball games in male volleyball extracurricular students at SMA Negeri 7 Tasikmalaya City. The research method used was descriptive method. The research population was 30 male volleyball extracurricular students of SMA Negeri 7 Tasikmalaya using purposive sampling technique as many as 20 people. spike volleyball game for male volleyball extracurricular students at SMA Negeri 7 Tasikmalaya City. leg muscles and arm muscle power so that the two components of the physical condition contribute to the spike results.

**Keywords: leg muscle power, arm muscle power, volleyball spike**