

ABSTRAK

RONA REDIANA. 2025. **Kontribusi *Power* Otot Tungkai, *Power* Otot Lengan Dan Fleksibilitas Punggung Terhadap Hasil *Spike* Permainan Bola Voli** Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Siliwangi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai, *power* otot lengan dan fleksibilitas punggung terhadap hasil *spike* permainan bola voli. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri sebanyak 30 orang. Sampel penelitian ini diambil sebanyak 20 orang. Penentuan sampel ini dilakukan dengan teknik purposive sampling sesuai dengan tujuan penelitian maka sampel yang di ambil adalah pemain yang sudah menguasai *spike* bola voli. Penelitian ini menggunakan konstelasi penelitian korelasional. Dngan pengambilan data menggunakan tes pengukuran fisik berupa tes *vertical jump*, *medicine ball*, *bridge up* dan *spike* bola voli. Analisis penelitian ini menggunakan korelasi. Adapun hasil penilitian menunjukan bahwa : 1) Terdapat kontribusi yang berarti, *power* otot tungkai terhadap keterampilan teknik *spike* dalam permainan bola voli pada anggota ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri. Kontribusinya sebesar 36,00 % termasuk kategori sedang; 2) Terdapat kontribusi yang berarti, *power* otot lengan terhadap keterampilan teknik *spike* dalam permainan bola voli pada anggota ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri. Kontribusinya sebesar 32,49 % termasuk kategori sedang; 3) Terdapat kontribusi tetapi tidak signifikan, fleksibilitas punggung terhadap keterampilan teknik *spike* dalam permainan bola voli pada anggota ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri. Kontribusinya sebesar 10,89 % termasuk kategori rendah; 4) Terdapat kontribusi yang berarti antara *power* otot tungkai, *power* otot lengan dan fleksibilitas punggung secara bersama-sama terhadap keterampilan teknik *spike* dalam permainan bola voli pada anggota ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri. Kontribusinya sebesar 79,38 % termasuk kategori tinggi. dengan demikian dari hasil penelitian ini terbukti bahwa untuk menghasilkan prestasi *spike* yang lebih baik di utamakan *power* otot tungkai, *power* otot lengan dan fleksibilitas punggung di samping faktor lainnya yakni faktor teknik dan lingkungan.

Kata Kunci: Fleksibilitas Punggung, *Power* Otot Lengan, *Power* Otot Tungkai, *Spike* bola voli

ABSTRACT

RONA REDIANA. 2025. *Contribution of Leg Muscle Power, Arm Muscle Power and Back Flexibility to the Spike Results of Volleyball Games* in the Department of Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education. Siliwangi University.

This study aims to determine the contribution of leg muscle power, arm muscle power and back flexibility to the spike results of volleyball games. The population in this study is 30 volleyball extracurricular members of SMP Negeri 2 Sukamantri. The sample of this study was taken as many as 20 people. The determination of this sample was carried out by purposive sampling technique in accordance with the purpose of the study, so the sample taken was a player who had mastered the volleyball spike. This study uses a constellation of correlational research. Data collection uses physical measurement tests in the form of vertical jump tests, medicine balls, bridge ups and volleyball spikes. The analysis of this study uses correlation. The results of the study show that: 1) There is a significant contribution, leg muscle power to the spike technique skill in volleyball in volleyball extracurricular members of SMP Negeri 2 Sukamantri. Its contribution of 36.00% is in the medium category; 2) There is a significant contribution, Arm muscle power to spike technique skills in volleyball games in volleyball extracurricular members of SMP Negeri 2 Sukamantri. The contribution of 32.49% is in the medium category; 3) There was a contribution but not significant, back flexibility to spike technique skills in volleyball in volleyball extracurricular members of SMP Negeri 2 Sukamantri. Its contribution of 10.89% is in the low category; 4) There is a significant contribution between leg muscle power, arm muscle power and back flexibility together on spike technique skills in volleyball in volleyball extracurricular members of SMP Negeri 2 Sukamantri. The contribution of 79.38% is in the high category. Thus, from the results of this study, it is proven that to produce better spike performance, the power of the leg muscles, the power of the arm muscles and the flexibility of the back in addition to other factors, namely technical and environmental factors.

Keywords: *Back Flexibility, Arm Muscle Power, Leg Muscle Power, Volleyball Spike*