

## ABSTRAK

Yunus, Muchamad. 2019. Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Pukulan *Smash* dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Dr. Sumardi, M.Kes.

Kata Kunci: Kekuatan Otot Lengan Terhadap Pukulan *Smash*.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah seberapa besar pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* pada siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo ? Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI. Untuk mengungkapkan permasalahan di atas penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut: adanya pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu kekuatan otot lengan (variabel bebas X1) dan pukulan *smash* (variabel bebas X2). Metode pengumpulan data menggunakan tes pukulan *smash*. Populasi dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu mengikutsertakan semua siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo yang berjumlah 39 siswa.

Berdasarkan penelitian didapatkan t hitung = 12,183 sedangkan t tabel dengan taraf signifikan 5% adalah 1,685. Hal ini berarti t hitung lebih besar dari pada t tabel, dengan demikian maka dapat diketahui ada pengaruh yang signifikan antara latihan push-up terhadap pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.

## ABSTRACT

Yunus, Muchamad. 2019. Influence of muscle strength arm against Smash punch in volleyball game in class XI high school students Ulul Alb@b Sidoarjo. Physical Education study Program. Faculty of teacher training and education. PGRI University Adi Buana Surabaya. Supervisor: Dr. Sumardi, M. Kes.

Keyword: Strength of muscle arm against Smash Punch.

The problem in this research is how much influence arm muscle strength to smash blows in class XI high school students Ulul Alb@b Sidoarjo? The research aims to determine the influence of arm muscle strength against smash blows in volleyball games on class XI students. To reveal the issue above the author submits the following hypothesis: Influence of arm muscle strength to smash blows in volleyball game in class XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.

The research uses two variables i.e. arm muscle strength (X1-free variable) and smash Punch (X2-free variable). Method of collecting data using blow smash test. The population in this research using sampling technique is to involve all students of grade XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo which amounted to 39 students.

Based on the research gained  $t$  count = 12.183 whereas  $T$  table with a significant level of 5% is 1.685. This means the  $T$  count is greater than the  $T$  table, Thus it can be known there is a significant influence between push-up exercises against smash punch in volleyball game in grade XI students SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.