ABSTRAK

Pance Mnoppo. Nim. 831 408 132 "Pengaruh Latihan Power Otot Lengan Taerhadap Kemampuan Melakukan *Smash* Dalam Permainan Bola Voli (Studi Kasus Siswa MAN Model Gorontalo)''. Skripsi. Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo 2013. Bimbingan Ruslan S.pd, M.pd Dan Suriyadi Datau S.pd.

Adapun yang menjadi masalah dalm penelitian ini adalah "Apakah terdapat pengaruh antara latihan power otot lengan terhadap kemampuan melakukan *smash* dalam permainan bola voli siswa MAN Model Gorontalo?'' Tujuan penelitian adalah untuk mengatahui pengaruh latihan power otot lengan terhadap kemampuan melkaukan *smash* dalam permainan bola voli siswa MAN Model Gorontalo. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 75 orang sedangkan jumlah sampel adalah 20 orang, teknik penarikan sampel menggunakan random sampling yang mana sampel diambil secara acak dari dua kelas yakni siswa di MAN Model Gorontalo.

Hipotesis penelitian adalah Terdapat pengaruh latihan power otot lengan terhadap kemampuan melakukan smash dalam permainan bola voli. Langka awal untuk pengujian hipotesis adalah melakukan ujian homogenitas varians terhadap hasil pree-test dan pos-test. Setelah itu dilakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji t dengan taraf signifikan 0.05 dan dk=(n_1+n_2-2).Dari hasil pengujian menunjukan bahwa $t_{hitung} > t_{daftar}$ atau t_{hitung} -5.11 dan t_{daftar} 2.03 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Sehingga hipotesis penelitian " terdapat pengaruh latihan power otot lengan terhadap kemampuan melakukan smash dalam permainan bola voli," diterima. Dalam hal ini, bahwa latihan power otot lengan memberikan dampak terhadap kemampuan melakukan smash dalam permainan bola voli.

Kata Kunci : *Bola Voli, power otot, smash*