HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN HASIL SERVIS ATAS BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA EKSTRAKURIKULER MA IHYAUL ULUM DUKUN GRESIK TAHUN PELAJARAN 2015/2016

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna
Memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Jurusan Penjaskesrek

Oleh :

MOHAMMAD KHOLIFI
NPM : 10.1.0109.2037

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2016

SKRIPSI

ATAS NAMA :

MOHAMMAD KHOLIFI

NPM : 10.1.0109.2037

DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN HASIL SERVIS ATAS BOLA VOLI PADA SISWA PUTERA EKSTRAKURIKULER MA TANWIRUL QULUB WONOKERTO DUKUN GRESIK TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Telah disetujui untuk diajukan
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Penjaskesrek
FKIP UNP Kediri

Tanggal _____

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Sugito, M.Pd	**Budiman Agung P. M.Pd**
NIDN. 0004086001	NIDN. 0706078801

SKRIPSI

ATAS NAMA :

MOHAMMAD KHOLIFI

NPM : 10.1.0109.2037

DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN HASIL SERVIS ATAS BOLA VOLI PADA SISWA PUTERA EKSTRAKURIKULER MA TANWIRUL QULUB WONOKERTO DUKUN GRESIK TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji
Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
pada tanggal _____

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan.

Panitia Penguji :

1. Ketua : Drs. Sugito, M.Pd _____
2. Penguji I : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.I _____
3. Penguji II : Budiman Agung P. M.Pd. _____

Mengesahkan :
Dekan FKIP

Dr . Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

ABSTRAK

Mohammad Kholifi. *Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Dengan Hasil Servis Atas Bola Voli Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik Tahun Pelajaran 2015/2016*. **Skripsi. Universitas Nusantara PGRI (UNP-Kediri)**. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Jurusan/Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. 2016.

Kata Kunci : Kekuatan Otot Lengan, Panjang Lengan dan Hasil Servis Atas.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : 1) apakah ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil servis atas, 2) apakah ada hubungan antara panjang lengan dengan hasil servis atas, 3) apakah ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan hasil servis atas, dan 4) apakah ada sumbangan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan hasil servis atas.

Metode penelitian menggunakan survei dengan teknik tes. Hipotesis penelitian adalah : 1) Ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil servis atas, 2) Ada hubungan antara panjang lengan dengan hasil servis atas, 3) Ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan hasil servis atas, 4) Ada sumbangan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan hasil servis atas.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Variabel penelitian meliputi variabel bebas (prediktor) terdiri dari 1) kekuatan otot lengan (X_1), 2) panjang lengan (X_2) dan variabel tergantung (kriterium) atau Y adalah hasil servis atas. Populasi penelitian sebanyak 30 orang, dengan menggunakan teknik total sampling diperoleh sampel sebanyak 30 orang. Data kemampuan penelitian diolah menggunakan teknik regresi tunggal dan regresi ganda menggunakan program SPSS versi 10, menggunakan taraf signifikansi 5%.

Hasil analisis data penelitian dengan uji F untuk $rX_1 - Y = 10{,}811 \geq$ Ftabel 4,20 atau signifikansi 0,003; uji F untuk rX_2-Y = 4,880 ≥ Ftabel 4,20 atau signifikansi 0,036; dan rX_{12}-Y = 7,773 ≥ Ftabel 3,25 atau signifikansi 0,002, dan sumbangan rX_{12} terhadap Y sebesar 36,5%. Berdasar hasil uji F tersebut dapat disimpulkan 1) Ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil servis atas, 2) Ada hubungan antara panjang lengan dengan hasil servis atas, 3) Ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil servis atas dan 4) Ada sumbangan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap hasil servis atas.

Berdasar pada simpulan kemampuan penelitian ini, disarankan kepada para guru MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik bahwa dalam penelitian hasil servis atas aspek kekuatan otot lengan dan panjang lengan, dapat dijadikan sebagai materi pendukung didalam penyusunan program latihan pada siswa, agar proses pelatihan melakukan servis atas yang dilakukan dapat berhasil guna dan berdaya guna.

I. LATAR BELAKANG

Seiring dengan kemajuan ilmu serta teknologi, kegiatan olahraga di Indonesia khususnya cabang bola voli mengalami perkembangan yang pesat. Semua ini tidak lepas dari perhatian pemerintah di bidang olahraga, hal ini terbukti dengan keikutsertaan Indonesia dalam pertandingan-pertandingan di tingkat regional, nasional ataupun internasional. Keikutsertaan tim bola voli Indonesia di tingkat internasional dengan prestasi kurang menggembirakan.

Pemerintah Indonesia dewasa ini sedang giat melaksanakan berbagai program pembangunan, diantaranya adalah bidang olahraga. Bidang olahraga mendapat perhatian serius terutama sekali pada upaya penyelenggaraan dan pembinaan atlet agar dapat berprestasi. Hal ini dapat terwujud karena adanya kerjasama yang baik antara lembaga-lembaga pemerintah, masyarakat, dan instansi terkait.

Berkaitan dengan hal tersebut, bola voli sebagai salah satu cabang olahraga permainan yang sangat digemari oleh masyarakat. Permainan dilakukan dengan jalan memantulkan bola sebelum bola jatuh ke tanah *(volleying)* (Barbara Viera, 2000: 1).

Bola voli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan berbagai kondisi yang mungkin timbul di dalamnya, dapat dimainkan dengan jumlah pemain bervariasi seperti voli pantai dengan jumlah pemain 2 orang, dan permainan dengan jumlah 6 orang yang biasa digunakan. Alasan lain yang menyenangkan adalah dapat dimainkan dan dinikmati berbagai usia dan tingkat kemampuan, dapat dimainkan di segala bentuk lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun permukaan lantai buatan, dapat dilakukan di dalam ataupun di luar gedung (Viera dan Fergusson, 1996: 1).

Banyaknya pendirian perkumpulan bola voli, diharapkan dapat menumbuhkan persaingan yang sehat untuk meraih prestasi. Hakekat permainan bola voli adalah kegiatan jasmani yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri dan orang lain, yang jika dipertandingkan harus dilaksanakan secara kesatria sehingga merupakan sarana pendidikan pribadi yang ampuh menuju peningkatan kualitas hidup yang lebih luhur, dimaksudkan bahwa dalam kegiatan kesegaran jasmani seseorang atau atlet diharuskan memiliki rasa percaya diri, tanpa mengharapkan bantuan orang lain dan sportif sesuai dengan apa yang diperoleh dalam pertandingan.

Menurut Suharno HP yang dikutip oleh Sarnam (tanpa tahun: 2) mengatakan bahwa, bermain bola voli harus mendatangkan kegembiraan, kesenangan dan kebahagiaan hidup bagi orang yang melakukannya, manusia hidup pada dasarnya mencari kebahagiaan lahir dan batin baik di

dunia dan di akherat. Takaran kebahagiaan di alam fana sangatlah subyektif, lewat bermain bola voli pun manusia dapat mencari kepuasan lahir dan batin. Permainan bola voli adalah suatu alat untuk mendidik manusia dalam usahanya menyempurnakan kualitas diri sebagai khalifah Allah di bumi. Diharapkan seorang pemain bola voli dapat tumbuh dan berkembang selaras, serasi dan seimbang antara fisik, fikir, sikap mental sesuai dengan cita-cita pendidikan nasional bangsa Indonesia.

Pembinaan serta pengembangan olahraga sebagai bagian dari usaha peningkatan kesehatan jasmani dan rohani. Seluruh masyarakat guna pembentukan watak, disiplin dan sportifitas dan pengembangan prestasi olahraga dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Peningkatan prestasi olahraga untuk menuju pencapaian sasaran yang diharapkan dalam pembinaan olahraga diperlukan proses dan waktu yang lama.

Di MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik permainan bola voli dijadikan suatu kegiatan belajar dan dapat dilakukan sebagai suatu kegiatan pendidikan yang dilaksanakan di waktu senggang, kini bola voli tidak hanya sebagai rekreasi, namun sudah menjadi bagian dari olahraga pendidikan. Sebagai olahraga pendidikan selain sebagai sarana pencapaian tujuan pendidikan, hal yang utama adalah sebagai penunjang pembinaan dan pemeliharaan kesegaran jasmani, dan berperan dalam pembentukan kerjasama pada anak, serta pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat lainnya. Semangat bertanding dan pembentukan mental dapat dikembangkan melalui pertandingan antar kelompok, antar kelas dan antar sekolah. Sekolah juga dilengkapi dengan kurikulum pendidikan jasmani di dalamnya memuat pembelajaran olahraga bola voli sebagai kurikulum wajib.

Faktor-faktor kelengkapan yang harus dimiliki seseorang bila ingin mencapai prestasi yang optimal yaitu : 1) pengembangan fisik, 2) pengembangan teknik, 3) pengembangan mental, dan 4) kematangan juara (M. Sajoto, 1995: 7). Kemudian faktor-faktor penentu pencapaian prestasi olahraga meliputi aspek biologis terdiri dari : 1) potensi atau kemampuan dasar tubuh yang meliputi kekuatan, kecepatan kelincahan tenaga, daya tahan otot, daya kerja jantung dan paru-paru, kelentukan, keseimbangan, ketepatan dan kesehatan olahraga, 2) fungsi organ tubuh yang meliputi daya kerja jantung, daya kerja pernafasan, daya kerja panca indera, 3) struktur dan postur tubuh yang meliputi ukuran tinggi dan panjang tubuh, ukuran besar, lebar dan bentuk tubuh, dan 4) gizi yang meliputi jumlah makanan yang cukup, nilai makanan yang memenuhi kebutuhan, variasi makanan (M. Sajoto, 1995: 1).

Pembinaan yang dilakukan di MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik dalam pelaksanaan latihan, terkadang kurang seimbang dalam pemberian materi antara keterampilan teknik dasar bermain ataupun latihan kondisi fisik. Diumpamakan jika kedua hal tersebut dibandingkan, perbandingan latihan yang tidak seimbang akan berpengaruh pada saat tampil dalam pertandingan maupun dalam hasil akhir program, sehingga harapan untuk meraih kemenangan kemungkinan kecil. Untuk itulah dalam upaya peningkatan prestasi olahraga perlu diusahakan pembinaan yang terarah dan berkelanjutan lewat pemanduan bakat, pembibitan, pendidikan serta pelatihan olahraga yang didasarkan pada ilmu pengetahuan secara efektif dan efisien sebagai sarana, mencapai prestasi optimal. Seperti halnya penulis menggambarkan keadaan siswa putra MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik yang gemar mengikuti bola voli di sekolah, rata-rata memiliki postur tubuh yang lumayan tinggi, sehingga memunculkan ide bagi penulis sebagai bahan penelitian. Sejauh mana kemampuan siswa putra MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik dalam melakukan servis atas bola voli dengan postur tubuh yang memadai. Perlu juga diupayakan langkah-langkah nyata mulai dari perbaikan metode latihan, peningkatan sarana prasarana, penggunaan peralatan yang baik dan standar, perhatian masalah gizi, tes dan pengukuran dalam olahraga sampai pada perhatian terhadap tim dokter dan psikolog yang diperlukan.

Kemampuan atlet bola voli perlu ditingkatkan. Unsur-unsur yang meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, kematangan mental, kerjasama dan pengalaman dalam bertanding (M. Yunus) 1992: 61). Sebagai faktor pendukung untuk mempercepat tercapainya tujuan permainan bola voli antara lain, faktor endogen dan pemain yang terdiri dari : 1) kesehatan fisik dan mental, 2) bentuk tubuh sesuai cabang olahraga yang diikuti, untuk cabang bola voli diharapkan yang tinggi dan atletis, 3) punya bakat untuk bermain bola voli yang meliputi kemampuan fisik, teknik, dan taktik, 4) dimiliki sikap mental yang baik seperti sosial, disiplin, tekun, kreatif bertanggung jawab dan berkemauan keras.

Menurut M. Yunus (1992: 13) bahwa syarat-syarat bibit pemain bola voli yang baik antara lain memiliki syarat fisik, yaitu kesehatan yang baik, tidak memiliki cacat tubuh, postur tubuh tinggi, memiliki unsur kondisi fisik yang baik (kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan, koordinasi kelentukan, power) dan secara fisiologis memiliki kemampuan kerja otot yang baik. Menurut Suharno HP (1985: 9), bahwa syarat-syarat dalam pembibitan sesuai tuntutan anatomi atau somatis yang lengkap, tinggi badan 180 cm ke atas untuk putra dan 160 cm ke atas untuk putri, ukuran tangan yang

panjang dan ramping tetapi harus memiliki daya ledak yang tinggi untuk pukulan dan bola dalam smash.

Dijelaskan oleh M. Yunus (1992: 62) permainan bola voli adalah permainan tempo cepat sehingga waktu untuk bermain sangat terbatas apabila tidak sesuai teknik dasar yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar. Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli. Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk memperoleh nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Karena, sangat penting teknik servis dalain bola voli maka perlu syarat tertentu sebagai modal dalam melakukan servis di antaranya memiliki kondisi fisik yang memadai berupa kekuatan dan kecepatan. Sebab, untuk melakukan servis yang baik harus mempunyai keterampilan khusus. Misalnya kecepatan gerak lengan ketika memukul bola, kekuatan otot lengan untuk tenaga, ayunan lengan agar bola mampu melaju cepat dan keras.

Menurut Harsono (1988: 176) kekuatan otot lengan atau *strength* adalah kemampuan otot untuk membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Panjang lengan merupakan bagian tubuh sepanjang lengan atas, lengan bawah, telapak tangan dan berakhir pada ujung jari tengah. Menurut Beutelstahl (2005: 8) servis adalah sentuhan pertama dengan bola.

Dalam penelitian ini faktor kondisi fisik yang akan dikaji adalah kekuatan otot lengan dan panjang tangan. Namun tingkat kondisi fisik dan anatomis seseorang berbeda-beda. Sedangkan untuk memperoleh bibit pemain bola voli yang baik perlu diketahui seberapa besar hubungan faktor-faktor tersebut di atas ikut berpengaruh terhadap hasil permainan bola voli khususnya dalam pelaksanaan servis bawah. Adapun alasan pemilihan judul penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Permainan bola voli termasuk bahan pembelajaran dalam kurikulum pendidikan SMA
2. Teknik servis adalah salah satu faktor penting dalam permainan bola voli yang berfungsi untuk pukulan pertama dimulainya permainan dan serangan awal bagi suatu regu
3. Hasil servis bola voli dapat dipengaruhi oleh kekuatan otot lengan dan panjang lengan.

II. METODE

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 96), variabel adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi suatu titik penelitian. Sedangkan menurut Sutrisno Hadi, sebagaimana telah dikutip oleh Suharsimi

Arikunto (2002: 94), variabel didefinisikan sebagai gejala yang bervariasi. Gejala adalah obyek penelitian sehingga variabel adalah obyek penelitian yang bervariasi.

Dalam penelitian ini ada dua variabel yang diselidiki, yaitu :

1. Variabel bebas, yang meliputi : 1) kekuatan otot lengan, dan 2) panjang lengan.
2. Variabel terikat yaitu hasil servis bawah bola voli.

B. Teknik dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode survei. Metode survei artinya suatu metode yang bertujuan mengumpulkan data untuk dianalisis, diinterpretasikan dan dilaporkan sesuai dengan fakta-fakta yang penting yang berhubungan dengan aspek-aspek tertentu. Sehingga metodologi penelitian merupakan syarat pokok dalam sebuah penelitian, dengan tujuan agar pengetahuan yang diperoleh dari suatu penelitian dapat memiliki harga ilmiah yang tinggi. Penggunaan metodologi penelitian harus dapat mengarah pada penelitian, agar hasil yang diperoleh sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Desain penelitian yang digunakan adalah desain korelasional *(Correlational Design).*

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Hasil

1. Deskripsi Data

Setelah dilakukan pengambilan data penelitian tentang panjang lengan, kekuatan otot lengan dan kemampuan servis bawah diperoleh hasil pengukuran sejumlah 30 siswa putera MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik tahun pelajaran 2015/2016.

Data yang diperoleh dari pengukuran atau tes tersebut selanjutnya dianalisis dengan teknik regresi dan korelasi baik sederhana maupun ganda pada taraf signifikansi 5% (α 5%).

2. Uji Analisis Regresi

uji analisis regresi merupakan persyaratan prosedur yang harus dilaksanakan dan dipenuhi, sehingga simpulan yang diambil dari hasil analisis regresi yang dilakukan dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya apabila syarat-syarat analisisnya telah dipenuhi. Persyaratan uji analisis regresi meliputi uji normalitas, uji homogenitas, uji linieritas dan uji keberartian model garis regresi.

Berdasarkan pada hasil analisis data kekuatan otot lengan dan panjang lengan secara bersama-sama memberikan sumbangan keberhasilan sebesar 36,5% terhadap keberhasilan melakukan servis

atas pada siswa MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik tahun 2015, sehingga hipotesis nihil yang mengatakan "Tidak ada sumbangan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan hasil servis atas, **ditolak**". Berorientasi pada hasil tersebut, keberhasilan servis bawah dipengaruhi oleh kekuatan otot lengan dan panjang lengan sebesar 36,5%.

B. Kesimpulan

Berdasar pada hasil analisis penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal sesuai dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Ada hubungan yang berarti antara kekuatan otot lengan dengan hasil servis atas bola voli pada siswa MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik tahun pelajaran 2015/2016.
2. Ada hubungan yang berarti antara panjang lengan dengan hasil servis atas bola voli pada siswa MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik tahun pelajaran 2015/2016.
3. Ada hubungan yang berarti antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan hasil servis atas bola voli pada siswa MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik tahun pelajaran 2015/2016.
4. Sumbangan kekuatan otot lengan terhadap hasil servis sebesar 27,9% sedangkan panjang lengan terhadap hasil servis sebesar 14,8% dan secara bersama-sama memberikan sumbangan sebesar 36,5% dalam menunjang hasil pukulan servis atas siswa MA Ihyaul Ulum Dukun Gresik tahun pelajaran 2015/2016.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Beutelstahl, Dieter, 2005, *Belajar Bermain Bola Volley,* Bandung, Pioneer.

Pompa, 1983, O.T., 1983, *Theory and Methodology of Training,* Dubuque, IOWA : Kendal/Hunt Publishing Company.

Bonnie Robinson, 1993, *Bimbingan, Petunjuk & Teknik Bermain Bola Voli,* Semarang, Dahara Prize.

----------, 1994, *Theory and Methodology of Training The Key to Athletics Performance,* Dubuque, IOWA : Kendal/Hunt Publishing Company.

Depdikbud, 1991, *Kamus Besar Bahasa Indonesia,* Jakarta, Balai Pustaka.

, 1995, *Kamus Besar Bahasa Indonesia,* Jakarta, Balai Pustaka.

Fox, E.L., Richard W. Bowers, Merle L. Foss, 1988, *The Physiological Basis of Physical Education and Athletics,* Fourth Edition, WB. Saunders Company, USA.

, 1992, *The Phsysiological Basis of Physical Education and Athletics,*

Fourth Edition, WB. Saunders Company, USA.

Harsono, 1998, *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching,* CV. Tambak Kusuma, Jakarta.

Jansen and Fisher, 1990, *Applied Kinesiology and Bionergetics,* New York, Mc Grow Hill Book co.

M. Sajoto, 1995, *Peningkatan dan PembinaanKondisi Fisik,* Jakarta, Depdikbud.

M. Yunus, 1992, *Olahraga Pilihan Bola Voli,* Jakarta, Depdikbud, Dirjen Dikti.

, 1996, *Olahraga Pilihan Bola Voli,* Jakrta, Depdikbud, Dirjen Dikti.

Nossek Josef, 1982, *General Theory of Training,* Lagos National Institute for Sport, Pan African Press Ltd.

Pate RR. Mc, Clengham B., Rotella R., 1984, *Scientific Foundation of Coaching,* (alih bahasa oleh Kasiyo Dwijo Winoto) IKIP Semarang Press, Semarang.

Poerwodarminto, WJS, 1976, *Kamus Umum Bahasa Indonesia,* Jakarta, Balai Pustaka.

Suharno, HP., 1979, *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli,* Yogyakarta, IKIP.

, 1985, *Dasar-dasar Permainan Bola Voli,* Yogyakrta, IKIP.

----------, 2002, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek,* Jakarta, Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto, 1998, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek,* Jakarta, Rineka Cipta.

Sutrisno Hadi, 2000, *Analisis Regresi,* Yogyakarta, Andi Offset.

Viera, Barbara R, dan Fergusson Bonnie Jill, 1996, *Bola Voli Tingkat Pemula,* Devisi Buku Sport, Jakarta, PT. Raja Grafindo.

, 2000, *Bola Voli Tingkat Pemula,* Devisi Buku Sport, Jakarta, PT. Raja Grafindo.