HUBUNGAN ANTARA PANJANG LENGAN DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS XI SEMESTER GENAP, SMA NEGERI 2 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Penjaskesrek

OLEH :

DHIKA AGUS ANUGRAHA

NPM. 11.1.01.09.0804

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Atas Nama

DHIKA AGUS ANUGRAHA

NPM. 11.1.01.09.0804

DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN ANTARA PANJANG LENGAN DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS XI SEMESTER GENAP, SMA NEGERI 2 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Untuk Diajukan kepada :

Panitia Ujian Program

Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Tanggal :.....

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd	**Budiman Agung Pratama M.Pd**
NIDN.	**NIDN.**

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI

Oleh :
DHIKA AGUS ANUGRAHA

NPM.11.1.01.09.0804
Judul :

HUBUNGAN ANTARA PANJANG LENGAN DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS XI SEMESTER GENAP, SMA NEGERI 2 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan FKIP UNP KEDIRI
Pada Tanggal : .....

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan.

PANITIA PENGUJI

		Tanda tangan
1. Ketua	: Drs. SETYA ADI SANCAYA, M.Pd.	
2. Penguji I	: BUDIMAN AGUNG PRATAMA, M.Pd.	
3. Penguji II	: Drs. SLAMET JUNAIDI, M.Pd.	

Mengetahui,
Dekan FKIP UNP KEDIRI

Dr. Hj. SRI PANCA SETYAWATI, M.Pd.
NIDN.

HUBUNGAN ANTARA PANJANG LENGAN DAN KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS XI SEMESTER GENAP, SMA NEGERI 2 TRENGGALEK KABUPATEN TRENGGALEK TAHUN PELAJARAN 2014/2015

DHIKA AGUS ANUGRAHA
NPM. 11.1.01.09.0804
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan-Program Study Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Dikaagusi80@gmail.com
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd dan Budiman Agung Pratama, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : 1) Apakah terdapat hubungan panjang lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli, 2) Apakah terdapat hubungan kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli, 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) Apakah terdapat hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan, 4) Apakah terdapat hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putera ekstrakurikuler putra kelas XI semester genap, SMA Negeri 2 Trenggalek yang berjumlah 66 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Variabel penelitian meliputi variabel bebas (prediktor) terdiri dari 1) panjang lengan (X1), 2) kekuatan otot lengan (X2) dan variabel tergantung (kriterium) atau Y adalah kemampuan servis atas. Populasi penelitian sebanyak 66 orang, dengan menggunakan teknik total sampling diperoleh sampel sebanyak 66 orang. Data kemampuan penelitian diolah menggunakan teknik regresi tunggal dan regresi ganda, menggunakan tarafsignifikansi 5%.

Hasil analisis data penelitian dengan uji F untuk rX1 – Y = 0,1458 ≤ Ftabel 0,244 atau signifikansi 0,317; uji F untuk rX2-Y = 0,1332 ≤ Ftabel 0,244 atau signifikansi 0,317; dan rX12-Y = 0,1244 ≤ Ftabel 0,244 atau signifikansi 0,317, dan sumbangan rX12 terhadap Y sebesar 1,55%. Berdasar hasil uji F tersebut dapat disimpulkan 1) Tidak ada hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan servis atas, 2) Tidak ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas, 3) Tidak ada hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dan 4) Tidak ada hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas.

Kata kunci : Panjang lengan, kekuatan otot lengan dan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli.

I. LATAR BELAKANG MASALAH

Seiring dengan kemajuan ilmu dan teknologi, kegiatan olahraga di Indonesia khususnya cabang olahraga bola voli mengalami perkembangan yang pesat. Semua ini tidak lepas dari perhatian pemerintah dibidang olahraga,hal ini terbukti dengan keikut sertaan Indonesia dalam pertandingan-pertandingan ditingkat regional, Nasional maupun Internasional.

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.

Setiap cabang olahraga memiliki taktik dan teknik tersendiri, demikian juga cabang olahraga bola voli. Salah satu teknik dasar permainan bola voli adalah servis, dimana servis merupakan suatu permulaan untuk memulai permainan atau pertandingan bola voli. Servis adalah pukulan bola yang kedaerah lawan dilakukan dari daerah dibelakang garis lapangan melewati net kedaerah lawan.

Demikian pentingnya kedudukan servis dalam permainan bola voli, maka teknik dasar servis harus dikuasai dengan baik, sebaiknya latihan dasar servis mendapat porsi yang cukup. Servis sendiri juga ada bermacam-macam dan masing-masing memiliki nama dan teknik sendiri-sendiri.(EngkosKosasih, 1983:88-89) servis ada beberapa macam teknik dan variasi servis, yaitu : 1) *Underarm service (Underhand service)*, 2) *Tennis service (Front service)*, 3) *Hock service (Smash sevice).*

Servis atas sebagai salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli harus betul-betul dikuasai sehingga tujuan servis atas itu sendiri dapat tercapai. Servis atas disebut juga *Tennis service (Front service)* karena sewaktu melakukan servis bola dilemparkan sedikit keatas dan bola dipukul tepat di bawah bola.

Berdasarkan pada hal tersebut diatas, maka perlu dilakukan penelitian pada cabang olahraga bola voli. Hal ini disebabkan olahraga bola voli adalah cabang olahraga yang digemari masyarakat. Disamping itu penelitian ini juga dimaksudkan untuk mengkaji tentang faktor-faktor didalam latihan kekuatan yang dapat menunjang pencapaian prestasi pada cabang olahraga bola voli.

II. METODE

Dalam Penelitian ‘‘Hubungan Antara Panjang Lengan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas XI Semester Genap, Sma Negeri 2 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015’’ ini terdapat dua macam tiga variabel yaitu variabel bebas (Hubungan Antara Panjang Lengan dan Kekuatan Otot Lengan dan variabel terikat Servis Atas (Bola voli).

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif sedangkan Penelitian ini akan menggunakan metode *deskriptif*. Untuk mengetahui validitas instrumen penelitian ini peneliti menggunakan siswa kelas X yang berjumlah 66 siswa. Jika r hitung ≥ r tabel maka item dinyatakan valid untuk *degree of freedom* (df) = n - 2, (Sugiyono, 2011) dalam hal ini n adalah jumlah sampel uji coba. Jadi (df) = 66 - 2 - 1 = 63 dengan df = 63 pada taraf signifikansi α (5%) diperoleh r tabel 0,317 (lihat r tabel pada df=63). Untuk menguji kevalidan masing-masing item, hasil r hitung dibandingkan dengan hasil r tabel. Jika r hitung ≥ r tabel maka item dinyatakan valid. Dan sebaliknya butir soal yang memiliki r hitung ≤ r tabel dinyatakan tidak valid karena item-item pernyataan berkorelasi tidak signifikan dengan r hitung. Untuk mengetahui apakah item yang terdapat dalam angket termasuk kategori valid atau tidak, digunakan rumus korelasi *Product Moment Pearson* dengan bantuan microsoft exel.

Tehnik analisis data yang digunakan dalam penelitian sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk membuktikan ada tidaknya hubungan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli. Adapun teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan korelasi *Pearson product moment*.

III. HASIL DAN ANALISIS

Untuk mengetahui ‘‘Hubungan Antara Panjang Lengan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas XI Semester Genap, SMA Negeri 2 Trenggalek Kabupaten Trenggalek Tahun Pelajaran 2014/2015’’ ditempuh dengan melakukan analisis data diantaranya : dilakukan uji asumsi terhadap hasil penelitian yang meliputi menghitung mean, standart deviasi, dan Z score.

Terhadap hubungan yang signifikan antara panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa putra kelas XI semester genap, SMA Negeri 2 Trenggalek Kabupaten Trenggalek tahun pelajaran 2014/2015, dimana didapatkan korelasi sebesar 0,1244 sedangkan r tabel untuk 66 sampel pada taraf signifikan 1% sebesar 0,317 dan taraf signifikan 5% sebesar 0,244, jadi hal ini tergolong pada taraf signifikan 1% karena r-hitung lebih kecil dari r-tabel.

IV. DAFTAR PUSTAKA

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

----------, 1988, General Theory of Training, Lagos National Institute for Sport. Pan African Press Ltd.

----------, 1992, The Phsysiological Basis of Physical Education and Athletics, Fourth Edition, WB. Saunders Company, USA.

----------, 1994, Physiology of Sport and Execise, Human Kinetics, Champaign,

----------, 1994, Theory and Methodology of Training The Key to Athletics USA, hal. 151 – 158.

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

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

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

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

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

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

Depdikbud, 1991, 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.

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.

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.

Performance, Dubuque, IOWA : Kendal/Hunt Publishing Company.

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

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

Setyadi A, 2007, *Skripsi Hubungan Kekuatan Otot Lengan Bahu Dan Panjang Lengan Dengan Hasil Servis Atas Bola Voli Pada Siswa Putera Ekstrakulikuler Ma Darul Ma'arif Pringapus Kab. Semarang Tahun Pelajaran 2006/2007. Fakultas Ilmu Keolahragaan Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Semarang*

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

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.

Wilmore, H.J, and Costill, DL, 1988, Training for Sport and Activity The Physiological Basis of The Conditioning Process, Third Edition, Wm, C. Brown Pulishers, Dubuque, USA, hal. 167 – 173.