HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS X SEMESTER GENAP SMA NEGERI 1 NGRAYUN

KABUPATEN PONOROGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH :

DWI SUSILO

NPM. 11.1.01.09.0807

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UNP KEDIRI

S K R I P S I

Oleh :

DWI SUSILO

NPM. 11.1.01.09.0807

DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS X SEMESTER GENAP SMA NEGERI 1 NGRAYUN KABUPATEN PONOROGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
FKIP UNP Kediri

Tanggal :.....

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

Skripsi Oleh :

DWI SUSILO

NPM 11.1.01.09.0807

DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS X SEMESTER GENAP SMA NEGERI 1 NGRAYUN KABUPATEN PONOROGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
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	: Slamet Junaidi, M.Pd.	

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dra. Hj. Sri Panca Setyawati. M.Pd.
NIDN.

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KEMAMPUAN SERVIS ATAS BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA KELAS X SEMESTER GENAP SMA NEGERI 1 NGRAYUN KABUPATEN PONOROGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

DWI SUSILO
NPM : 11.1.01.09.0807
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan _-Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
dsusilo7472@gmail.com
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd dan Budiman Agung Pratama, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah (1)Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra kelas X Semester Genap SMA Negeri 1 Ngrayun Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015? (2)Adakah hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra kelas X Semester Genap SMA Negeri 1 Ngrayun Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015? (3)Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan pada siswa putra kelas X Semester Genap SMA Negeri 1 Ngrayun Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015? (4)Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra kelas X Semester Genap SMA Negeri 1 Ngrayun Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015?

Keberhasilan melakukan servis atas bola voli dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berhubungan. Penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas yaitu kekuatan otot lengan (x_1) dan panjang lengan (x_2), sedangkan variabel terikatnya yaitu kemampuan servis atas bola voli (y).

Penelitian menggunakan teknik studi korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Populasinya adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Ngrayun Kabupaten Ponorogo tahun pelajaran 2014/2015 sejumlah 102 siswa. sampelnya adalah siswa putra kelas X Semester Genap SMA Negeri 1 Ngrayun Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015 sejumlah 52 siswa.pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu tes *push up*, pengukuran panjang lengan, dan melakukan servis atas bola voli. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antar variabel maka digunakan analisis data manual.

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini yaitu dari hasil analisis data diperoleh pertama $rx_1y = 0{,}6414$ > r tabel = 0,235 artinya ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas bola voli. Kedua $rx_2y = 0{,}6304$ > r table = 0,235 artinya ada hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli . Ketiga $rx_1x_2 = 1{,}9933$ > r table = 0,235 artinya ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan. Hasil perhitungan keempat $ryx_1x_2 = 0{,}5422$ > r tabel = 0,235 dan koefisien determinasinya K = 51,49 % setelah diuji signifikasinya diperoleh hasil $\boldsymbol{F}\ hitung = 10{,}2014$ > f tabel = 3,13 artinya ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli dengan kontribusi sebesar 29,39%. Maka dari itu, penulis menyarankan perlu melakukan penelitian lebih lanjut tentang servis atas bola voli dengan variabel bebas yang berbeda agar penelitian selanjutnya lebih berkembang.

KATA KUNCI : Kekuatan Otot Lengan, Panjang Lengan, Kemampuan Servis Atas Bola Voli.

I. LATAR BELAKANG

Sesuai sistem pendidikan di Indonesia maka pendidikan jasmani di sekolah mempunyai dasar falsafah Negara Pancasila dan Undang Undang Dasar 45. Di samping kegiatan olahraga di sekolah juga mempunyai fungsi sebagai alat pendidikan. Olahraga mempunyai peranan yang sangat penting pada pendidikan sosial, di samping itu mempunyai sifat universal, tidak membedakan semua bangsa maupun tingkat sosial ekonomi suatu bangsa.

Untuk pendidikan olahraga di sekolah juga sesuai dengan tujuan pendidikan nasional berdasarkan Pancasila yaitu:
"Meningkatkan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, meningkatkan kecerdasan dan ketrampilan, mempertinggi budi pakerti, memperkuat kepribadian dan mencintai tanah air, agar dapat menumbuhkan insan pembangunan yang dapat membangun Bangsa".(Engkos Kokasih, 1983:2).

Usaha untuk mencapai prestasi yang tinggi didalam olahraga hendaknya dimulai dari olahraga pendidikan yang melalui jalur pendidikan sekolah dari anak-anak. Di samping itu seorang atlet harus memiliki potensi dasar yang baik, baik fisik maupun mentalnya sesuai dengan cabang olahraga yang dipelajarinya serta pembinaan secara berkesinambungan latihan-latihan yang teratur. Prestasi Indonesia sangatlah tertinggal jauh dibandingkan dengan negara-negara lain misalnya cabang olahraga bola voli .

Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalahnya suatu pertandingan, maka teknik dasar permainan bola voli harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu agar dapat mengembangkan mutu permainan bola voli. Dalam olahraga, kekuatan (*strength*) merupakan unsur penting dalam mempertinggi prestasi. Tanpa kekutan yang tinggi, tidak mungkin prestasi olahraga akan tercapai, Jadi dengan demikian dapat dikatakan bahwa kekuatan otot lengan merupakan salah satu faktor yang dapat menunjang dalam pencapaian servis bola voli. Karena servis yang baik merupakan pukulan untuk membuka permainan dan serangan permulaan untuk mendapatkan hasil yang optimal. Dalam kaitannya uraian tersebut di atas, maka disusun penelititan ini khususnya dalam cabang olahraga bola voli yaitu untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Ngrayun Kecamatan Ngrayun Kabupaten Ponorogo tahun pelajaran 2014/2015.

II. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian "Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan dan Panjang Lengan Dengan Kemampuan Servis Atas Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas X SMA Negeri 1 Ngrayun Kecamatan Ngrayun Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015." ini terdapat dua macam dua variabel yaitu variabel bebas (Kekuatan dan Panjang 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 putra kelas X yang berjumlah 52 siswa. Hasil penghitungan koefisien korelasi masing – masing variabel bebas dengan variabel terikat (*r hitung)* akan dikonsultasikan dengan dengan nilai r tabel product moment dengan N (jumlah sampel)pada taraf signifikasi 1% atau 5%. Apabila r hitung lebih besar dari r tabel maka disimpulkan terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dan apabila r hitung lebih kecil lebih kecil dari r tabel, disimpulkan tidak terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Untuk mengetahui apakah item yang terdapat dalam angket termasuk kategori valid atau tidak, digunakan rumus korelasi *Product Moment* dengan bantuan microsoft exel.

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

III. Hasil dan Kesimpulan

Untuk mengetahui "hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra kelas X Semester Genap SMA Negeri 1 Ngrayun Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015". Dengan selesainya penelitian ini dan memperhatikan hasil-hasil perhitungan yang diperoleh dalam batas penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan : terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Ngrayun Ponorogo Tahun Pelajaran 2015/2016, dimana diperoleh koefisien korelasi pertama $rx_1y = 0{,}6414$ > r tabel = 0,235 artinya ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas bola voli. Kedua $rx_2y = 0{,}6304$ > r table = 0,235 artinya ada hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli . Ketiga $rx_1x_2 = 1{,}9933$ > r table = 0,235 artinya ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan. Hasil perhitungan keempat $ryx_1x_2 = 0{,}5422$ > r tabel = 0,235 dan koefisien determinasinya K = 51,49 % setelah diuji signifikasinya diperoleh hasil $\boldsymbol{F}\ hitung = 10{,}2014$ > f tabel = 3,13 artinya ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan dengan kemampuan servis atas bola voli dengan kontribusi sebesar 29,39%.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Bachtiar, Dkk. 2005. *Permainan Besar II Bola Voli Dan Bola Tangan*, Jakarta: Universitas Terbuka

Hairy, Junusul. 2008. *Dasar-dasar Kesehatan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka

Kosasih, Engkos. 1983. *Olahraga Teknik dan Progam Latihan*. Jakarta: Akemedia Presida

Lukman, OT. 2003. *Biomekanika*. Surabaya: Unesa University Press.

Martono, Nanang. 2010. *Statistika Sosial*. Teori dan Aplikasi Progam SPSS. Yogyakarta: Gava Media

Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Derektorat Jenderal Olahraga

Nurhasan. 2008. *Penelitian Pembelajaran Penjas*. Jakarta Universitas Jakarta

Poerwadarminta, W.J.S. 1989. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka

Suharno. 1982. *Permainan Bola Besar (Bola Voli & Sepak Bola) II*. Jakarta: Universitas Terbuka

Suharsimi, Arikunto. 1992. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Bina Aksara

Sudijono, Anas. 2008.*Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Syariffudin, Aip. 1997. *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan* 2 SMP Kelas 2. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.

Tanzeh, Ahmad. 2009. *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: Teras

Yudiana, Yunyun dkk. 2008. Dasar-Dasar Kepelatihan II. Jakarta: Universitas Terbuka