HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN *PASSING* BAWAH PADA PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V SEKOLAH DASAR NEGERI BOLOSINGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

ARTIKEL SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan PJKR FKIP UNP Kediri

oleh:

TEGAR WAHYU PRIAMBODO
NPM: 11.1.01.09.1350

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

Skripsi oleh:

TEGAR WAHYU PRIAMBODO
NIM: 11.1.01.09.1350

Judul :

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN *PASSING* BAWAH PADA PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V SEKOLAH DASAR NEGERI BOLOSINGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

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

Tanggal : 8 Agustus 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. SUGITO, M.Pd	RURUH HANDAYANI BEKTI, M.Pd

Skripsi oleh:

Tegar Wahyu Priambodo
NIM: 11.1.01.09.1350

Judul:

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN *PASSING* BAWAH PADA PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V SEKOLAH DASAR NEGERI BOLOSINGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan
PENJASKESREK FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: 12 Agustus 2015

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan

Panitia penguji:

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd _____
2. Penguji I : Ruruh Handayani Bekti, M.Pd _____
3. Penguji II : Drs. Sugito, M.Pd _____

Mengetahui,
Dekan FKIP
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Dr. H.E. SRI PANCA SETYAWATI, M.Pd
NIDN. 0716046202

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN *PASSING* BAWAH PADA PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V SEKOLAH DASAR NEGERI BOLOSINGO TAHUN PELAJARAN 2014/2015

TEGAR WAHYU PRIAMBODO
NPM: 11.1.01.09.1350
FKIP – Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Email : tegarwp35@gmail.com
Drs. Sugito, M.Pd.[1] dan Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi karena kurangnya peran guru dalam memandu bakat siswa terutama dalam cabang olahraga bolavoli. Oleh karena itu usaha sekolah dalam pembinaan bakat pada cabang olahraga bolavoli sangat diperlukan.

Panjang lengan merupakan bagian tubuh sepanjang lengan atas, lengan bawah, telapak tangan dan berakhir pada ujung jari tengah. 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 bolavoli yang baik perlu diketahui seberapa besar hubungan faktor-faktor tersebut di atas ikut berpengaruh terhadap hasil permainan bolavoli khususnya dalam pelaksanaan *passing* bawah.

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan deskriptif analisa. Disebut deskriptif karena penelitian ini memberikan gambaran sesuai dengan apa adanya tentang hubungan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *passing* bawah. Subyek dari penelitian ini adalah siswa putra kelas IV dan V Sd Negeri Bolosingo Tahun Pelajaran 2014/2015.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) Ada hubungan kekuatan otot lengan terhadap teknik dasar *passing* bawah permainan bolavoli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo Tahun Pelajaran 2014/2015. (2) Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan *passing* bawah pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo Tahun Pelajaran 2014/2015 adalah agak rendah.

Kata Kunci: Kekuatan Otot Lengan, *Passing* Bawah Bolavoli

I. LATAR BELAKANG

Sekolah merupakan salah satu intansi yang dapat menciptakan bibit pemain bolavoli yang professional pada anak usia sekolah perkembangan motorik sangat pesat dalam mengembangkan ketrampilan dan bakat yang dimilikinya. Menurut A. Hamidsyah Noer (1994: 41) ”Pemanduan bakat atlet (*talent scouting*) adalah kemampuan para pelatih, pembina, guru pendidikan jasmani serta para pakar di bidang disiplin ilmu masing-masing yang terkait dalam menentukan seorang atlet yang berbakat”. Oleh karena itu usaha sekolah dalam pembinaan bakat pada cabang olahraga bolavoli sangat diperlukan. Salah satu usaha sekolah yang dilakukan untuk ikut dalam pembinaan bolavoli adalah dengan memberikan konsentrasi yang lebih pada materi bolavoli yang ada pada mata pelajaran penjas di sekolah.

Di SDN Bolosingo permainan bolavoli dijadikan suatu kegiatan belajar dan dapat dilakukan sebagai suatu kegiatan pendidikan yang dilaksanakan di waktu senggang, kini bolavoli 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 bolavoli sebagai kurikulum wajib.

Karena di dalam pemilihan atlet tidak saja didasarkan kemahiran teknik saja tetapi unsur-unsur lain yang terkait dalam pencapaian prestasi turut diperhitungkan. Oleh sebab itudalam pemilihan atlet berbakat diperlukan penyusunan norma-norma apa yang harus dipenuhi oleg seorang atlet untuk dapat dipilih.

Wikipedia Indonesia (2014) ”bolavoli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan”. Untuk dapat melakukan permainan bolavoli, terlebih dahulu harus dapat menguasai beberapa teknik dasar. Teknik dasar merupakan unsur dalam permainan bolavoli itu sendiri, tanpa penguasaan teknik dasar dengan baik, permainan tidak dapat

dimainkan dengan sebaik-baiknya. Selain teknik dasar yang harus dikuasai, taktik dalam permainan bolavoli juga berperan penting dalam permainan untuk mendapatkan kemenangan.

Dijelaskan oleh M. Yunus yang dikutip oleh Ari Istyadi (2007: 5) "permainan bolavoli adalah permainan tempo cepat sehingga waktu untuk bermain sangat terbatas apabila tidak sesuai teknik dasar yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar". *Passing* bawah merupakan salah satu teknik dalam permainan bolavoli. Pada mulanya *passing* bawah merupakan langkah awal untuk menentukan jalannya suatu permainan, dimana *passing* bawah memiliki dua fungsi yang sangat dominan pada saat melakukan penyerangan maupun pertahanan.

Menurut Harsono yang dikutip oleh Ari Istyadi (2007: 6) "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. 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 bolavoli yang baik perlu diketahui seberapa besar hubungan faktor-faktor tersebut di atas ikut berpengaruh terhadap hasil permainan bolavoli khususnya dalam pelaksanaan *passing* bawah.

II. METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis statistika deskriptif. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah penelitian yang analisisnya lebih fokus pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan menggunakan metode statistika. Proses pengukuran adalah bagian yang sentral dalam penelitian kuantitatif karena hal ini memberikan hubungan yang fundamental antara pengamatan empiris dan ekspresi matematis dari hubungan-hubungan kuantitatif.

Dalam penelitian ini populasi yang dipergunakan adalah siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan Tahun Pelajaran 2014/2015 yang berjumlah 20 siswa.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah

metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. "Survei adalah suatu data yang sitematis disertai analisis dan laporan yang disusun teratur dari kenyataan fakta-fakta yang berkenaan dengan suatu atau beberapa aspek dari suatu usaha (Suharsimi Arikunto, 2004: 19).

Instrumen artinya sarana penelitian berupa seperangkat tes untuk mengumpulkan data sebagai bahan pengolahan. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan instrumen yang terdiri dari:

a. Tes kekuatan otot lengan
b. Tes ketrampilan *passing* bawah

Data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan analisa statistik karena data yang dikumpulkan berupa angka-angka. Kata statistik telah digunakan untuk membatasi cara-cara ilmiah untuk mengumpulkan, menyusun, meringkas, dan menyajikan data penyelidikan. Lebih lanjut statistik merupakan cara untuk mengolah data tersebut dan menarik kesimpulan yang teliti dan keputusan-keputusan yang logis dari pengolahan data tersebut (Sutrisno Hadi, 2000: 1).

Untuk mengetahui hubungan klasifikasi indek kemampuan melakukan kemampuan *push ups* terhadap keterampilan *passing* bawah menggunakan korelasi *product moment* yaitu menghitung masing-masing variabel bebas, variabel terikat untuk mengetahui hubungan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat. Data yang dinilai adalah data variabel bebas: kemampuan push ups (X), variabel terikat: keterampilan *passing* atas (Y).

Mencari korelasi antara kemampuan *push ups* (X) dengan keterampilan *passing* bawah (Y), dengan menggunakan korelasi *product moment* tunggal (Suharsimi Arikunto, 2004: 317)

Rumus koefisiensi korelasi *product moment*:

$$r_{XY} = \frac{N\sum XY \cdot (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (}}$$

Keterangan:

Rxy = Koefisien Korelasi
N = Jumlah Subjek
∑xy = Jumlah Produk X dan Y
∑x = Jumlah Produk X
∑y = Jumlah Produk Y
$\sum x^2$ = Jumlah Produk X^2
$\sum y^2$ = Jumlah Produk Y^2

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Setelah dilakukan pengambilan data penelitian tentang kekuatan otot lengan dan kemampuan *passing* bawah diperoleh hasil pengukuran sejumlah 20 siswa putra kelas IV dan

V SD Negeri Bolosingo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan Tahun Pelajaran 2014/2015.

Tabel 4.2

Deskripsi data kekuatan otot lengan

Variabel	X
N	20
Jumlah	700
Skor Tertinggi	40
Skor Terendah	30
Mean	35
SD	3,479

Berdasarkan tabel 4.2 hasil pengukuran kekuatan otot lengan pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo di atas, menunjukkan rata-rata 35 dan standart deviasi 3,479 dengan skor tertinggi sebesar 40 dan skor terendah 30.

Tabel 4.4.

Deskripsi data *passing* bawah bolavoli

Variabel	X
N	20
Jumlah	740
Skor Tertinggi	56
Skor Terendah	30
Mean	37
SD	6,870

Berdasarkan tabel 4.4 hasil pengukuran *passing* bawah bolavoli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo di atas, menunjukkan rata-rata 37 dan standart deviasi 6,870 dengan skor tertinggi sebesar 56 dan skor terendah 30.

Uji koefisien korelasi *product moment* yaitu sebesar r_{xy} (0,541), ini menunjukkan terdapat hubungan searah. Dan r_{xy} sebesar 0,541 berada di antara 0,400 s/d 0,600. Berdasarkan pedoman yang telah dikemukakan dapat dinyatakan bahwa korelasi antara variabel X dan variabel Y tergolong agak rendah. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan *passing* bawah pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo adalah agak rendah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan terhadap teknik dasar *passing* bawah permainan bolavoli pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo Tahun Pelajaran 2014/2015.
2. Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil *passing* bawah pada siswa putra kelas IV

dan V SD Negeri Bolosingo Tahun Pelajaran 2014/2015 adalah agak rendah.

Besarnya sumbangan kekuatan otot lengan dengan hasil *passing* bawah pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Bolosingo Tahun Pelajaran 2014/2015 adalah sevesar 54,1%.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2004. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.

Bompa, O.T. 1994. *Theory and Methodology of Training.* Dubuque, IOWA: Kendal/Hunt Publishing Company.

Durwachter. 1992. *Bola Volley Belajar dan Berlatih Sambuil Bermain*. Jakarta : PT Gramedia.

Fox, E.L., Richard W. Bowers, Merle L. Foss. 1992. *The Physiological Basis of Physical Education and Athletics.* Fourth Edition. USA: Saunders Company.

Harsono. 1998. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.

Istyadi, Ari. 2007. *Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Panjang Lengan dengan Hasil Servis Atas Bolavoli pada Siswa Putera Ekstrakurikuler MA Darul Ma'Arif Pringapus Kab. Semarang Tahun Pelajaran 2006/2007*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Semarang: FIK Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

Ismayarti. 2006. Tes dan Pengukuran Olahraga. Cetakan I. Surakarta: UNS press.

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

M. Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik.* Jakarta: Depdikbud.

Noer, A. Hamidsyah dkk. 1994. *Kepelatihan Dasar*. Jakarta: Universitas Terbuka, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Nossek Josef. 1998. *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). Semarang: IKIP Semarang Press.

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

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

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.

Wikipedia. 2014. *Bolavoli. (online).* Tersedia: http://id.m.wikipedia.org/wiki/bola_voli, diunduh 14 Juni 2015.

Wilmore, H.J, and Costill, DL. 1994. *Training for Sport and Activity The Physiological Basis of The Conditioning Process.* Third Edition. USA: C. Brown Pulishers.