HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN, TINGGIBADANDAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KETERAMPILAN DASAR SERVIS ATASBOLA VOLI MINI PADA SISWA KELAS V SDN SUMENGKO I

TESIS

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Derajat Magister
Program Studi Keguruan Olahraga

Oleh :

SRI ENDRA KUSUMA DEWI

NIM. 14.0.06.01.0055

PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI
KEDIRI
2016

Tesis Oleh:

Sri Endra Kusuma Dewi

NPM: 14.0.06.01.0055

Judul:

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN, TINGGI BADAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KETERAMPILAN DASAR SERVIS ATAS BOLA VOLI MINI PADA SISWA KELAS V SDN SUMENGKO I

Telah disetujui untuk diajukan kepada panitian Ujian/Sidang Tesis
Jurusan Keguruan Olahraga Program Pasca Sarjana
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : 30 AGUSTUS 2016

Pembimbing I	Pembimbing II
Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.	**Dr. Atrup, M.Pd M.M**

ii

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis Oleh :
Sri Endra Kusuma Dewi
NPM : **14.0.06.01.0055**

Judul :

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN, TINGGI BADAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KETERAMPILAN DASAR SERVIS ATAS BOLA VOLI MINI PADA SISWA KELAS V SDN SUMENGKO I

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tesis
Program Studi Magister Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana Universitas Nusantara PGRI Kediri
Pada Tanggal 13 Agustus 2016

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Dewan Penguji :

1. Ketua : Dr. Sulistiono,MSi
2. Sekertaris : Dr. Subardi Agan, M.Pd
3. Penguji I : Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd
4. Penguji II : Dr. Atrup, M.Pd M.M

Mengetahui,
Direktur Program Pascasarjana
UN PGRI Kediri

Dr. Rr. Forijati, M.M
NIDN. 0028016701

iii

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN, TINGGIBADANDAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KETERAMPILAN DASAR SERVIS ATASBOLA VOLI MINI PADA SISWA KELAS V SDN SUMENGKO I

SRI ENDRA KUSUMA DEWI

NIM. 14.0.06.01.0055

Pasca Sarjana – Keguruan Olah Raga
sriendrakusumadewi@gmail.com
Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd dan Dr. Atrup, M.Pd M M

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Servis atas bola voli merupakan suatu serangan yang mematikan. Tunjuan penelitian mengetahui 1) ada hubungan kekuatan otot lengan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli. 2) ada hubungan tinggi badan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli. 3) ada hubungan koordinasi mata tangan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli. 4) ada hubungan kekuatan otot lengan, tinggi badan dan koordinasi mata tangan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli.

Lokasi penelitian di SDN Sumengko 1 Kabupaten Nganjuk. Populasi penelitian adalah siswa kelas V SDN Sumengko 1, jumlah sebanyak 20 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Variabel penelitian variabel bebas kekuatan otot lengan, tinggi badan dan koordinasi mata tangan, dan variabel terikat keterampilan dasar servis atas bola voli. Teknik analisis data uji reliabilitas,uji prasyarat dan pengujian hipotesa.

Hasil penelitian ini 1) Ada hubungan yang siqnifikan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli mini pada siswa kelas V SDN Sumengko Kabupaten Nganjuk. 2) Ada hubungan yang siqnifikan antara tinggi badan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli mini pada siswa kelas V SDN Sumengko I Kabupaten Nganjuk. 3) Ada hubungan yang siqnifikan antara koordinasi mata tangan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli mini pada kelas V SDN Sumengko I Kabupaten Nganjuk. 4) Ada hubungan yang siqnifikan antara kekuatan otot lengan, tinggi badan dan koordinasi mata tangan dengan keterampilan dasar servis atas bola voli mini pada kelas V SDN Sumengko I Kabupaten Nganjuk.

Kata Kunci : Kekuatan otot Lengan, Tinggi Badan, Koordinasi Mata Tangan dan Keterampilan Servis Atas.

I. PENDAHULUAN

Bolavoli mini cabang Olahraga permainan yg diajarkan pada penjaskes SD. Macam-macam teknik dasar bolavoli mini antara lain passing (bawah & atas),servis (bawah & atas), smash danblock

Servis atas bolavoli sebagai tanda dimulainya permainan dan serangan pertama bagi regu yang mendapat kesempatan servis menurut Yunus (1992 : 67). Sebagai serangan, servis atas dilakukan dengan kuat dan cepat serta diarahkan di daerah yang kosong/pemain yang lemah. Untuk melakukan servis yang kuat dan cepat servis atas dipengaruhi beberapa faktor diantaranyakondisi fisik yang baik dan proporsi tubuh yang ideal dikutip oleh Mulyono (1992 : 31).

Faktor – faktor yang mendukung keterampilan servis atas bola voli mini adalah kekuatan otot lengan yang berperan untuk memukul bola menjadi lebih kuat dan keras, tinggi badan yang berperan menjangkau atau memukul bola pada titik tertinggi saat bola dilambungkan, sehingga menjadikan laju bola yang dipukul menjadi lebih kuat dan keras serta koordinasi mata-tangan yang berperan mengkoordinasikan gerakan servis dan mengarahkan bola pada sasaran yang diinginkan

Berdasarkan hasil pengamatan, siswa SDN Sumengko I belum memiliki : (1) Pengusaan tehnik keterampilan dasar servis atas. (2) Prestasi dalam olahraga bola voli mini masih tertinggal dengan sd yang lain. (3) Pentingnya kekuatan otot lengan, tinggi badan, dan koordinasi mata tangan, dengan keterampilan dasar servis atas bola voli. (4) Belum pernah dilakukannya tes dan pengukuran kekuatan otot lengan, tinggi badan, koordinasi mata tangan dan keterampilan dasar servis atas bola voli mini.

Menurut hasil pengamatan yang di ungkapkan diatas dan referensi dari sumber sumber yang mendukung maka penelitian ini akan diadakan untuk mengetahui seberapa besar keterampilan dasar servis atas siswa kelas V SDN Sumengko 1 Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk. Maka peneliti mencoba menuangkan gagasan penelitian yang berjudul HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN, TINGGI BADAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN

DENGAN KETERAMPILAN DASAR SERVIS ATAS BOLA VOLI MINI PADA SISWA KELAS V SDN SUMENGKO I.

II. METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif studi korelasional. Studi korelasional dapat diketahui apakah satu variabel berasosiasi dengan variabel yang lain menurut Sukmadinata(2006 : 72). Hubungan antara variabel ditentukan dengan menggunakan koefisien yang dihitung dengan teknik analisis statistikdalam hal ini ditujukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kekuatan otot lengan, tinggi badan & koordinasi mata-tangan deng an keterampilan servis atas bolavoli mini.

Populasi adalah keseluruhan objek atau subyek penelitian yang mempunyai karakteristik tertentu untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya yang diteliti Arikunto (2010 : 174).Populasi dan sampel penelitian adalah siswa putri kelas VSDNSumengko 1 dengan jumlah 20 siswa tahun 2016. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran antara lain tes kekuatan otot lengan dengan*two hands medecine ball put*diteliti olehFaruq (2015 : 146)pengukuran tinggi badan dengan stadiometer, tes koordinasi mata-tangan dengan lempar tangkap bola tenis menurut Ismaryati (2009 : 54) dan tes keterampilan servis atas bolavoli mini menurut Faruq (2015 : 195)

Teknik analisa data yang digunakan antara lain uji reabilitas digunakan untuk mengetahui keajegan alat ukur, artinya alat ukur yang digunakan dalam waktu yang berbeda hasilnya ajeg atau tidak, uji prasyarat meliputi uji normalitas menurut Sudjana (2002 : 466), uji linieritas menurut Sudjana (2002 : 332), dan uji hipotesis dengan analisis regresi tiga predikator menurut Sudjana (2002 : 369).

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Hasil

a. Hasil Uji Reabilitas

Variabel penelitian	Reabilitas	Kategori
Kekuatan otot lengan	0,973	Tinggi sekali
Koordinasi mata tangan	0,995	Tinggi sekali
Servis atas bola voli mini	0,0956	Tinggi sekali

b. Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	M	SD	L hitung	L tabel
Kekuatan oto lengan	20	216,00	45,06	0,1365	0,190

Tinggi badan	**20**	**143,20**	**7,22**	**0,1549**	**0,190**
Koordinasi mata-tangan	**20**	**16,700**	**2,105**	**0,1002**	**0,190**
Servis atas bola voli mini	**20**	**21,70**	**5,823**	**0,1374**	**0,190**

c. Hasil Uji Linieritas

Variabel	db	F hitung	F tabel 5%	kesimpulan
X_1Y	8:10	2,568	3,07	Model linier diterima
X_2Y	13:5	0,989	4,64	Model linier diterima
X_3Y	6:12	1,578	3,00	Model linier diterima

d. Analisis Korelasi Tiap Predikator

Variabel	R hitung	R tabel	Kesimpulan
X_1	0,8235	0,444	Korelasi signifikan
X_2	0,9004	0,444	Korelasi signifikan
X_3	0,9334	0,444	Korelasi signifikan
X_{123}	0,675	0,444	Korelasi signifikan

e. Analisis Regresi Tiga Predikator

Sumber Varians	db	JK	RK	F.Reg	F.tabel
Regresi (Reg)	3	293,10	97,70	4,45	3,24
Residu (res)	16	351,10	21,94		
total	29	644,20			

2. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan *korelasi product moment* dan analisis regresi yang telah dilakukan dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan servis atas bola voli mini pada kelas V SDN Sumengko I Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil penghitungan korelasi antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan servis atas bola voli mini diperoleh nilai r_{hitung} = 0.8325> $r_{tabel\ 5\%}$ = 0.444.
2. Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan keterampilan

servis atas bola voli mini pada kelas V SDN Sumengko I Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil penghitungan korelasi antara tinggi badan dengan keterampilan servis atas bola voli mini diperoleh nilai r_{hitung} = 0.9004> $r_{tabel\ 5\%}$ = 0.444.

3. Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan keterampilan servis atas bola voli mini pada kelas V SDN Sumengko I Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil penghitungan korelasi antara koordinasi mata tangan dengan keterampilan servis atas bola voli mini diperoleh nilai r_{hitung} = 0.9334> $r_{tabel\ 5\%}$ = 0.444.
4. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan keterampilan servis atas bola voli mini pada kelas V SDN Sumengko I Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016, Dari hasil penghitungan korelasi antara kekuatan otot lengan, tinggi badan dan koordinasi mata-tangan dengan keterampilan servis atas bola voli mini pada kelas V SDN Sumengko I Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016,diperoleh nilai F_{hitung}4.45> $F_{tabel\ 5\%}$ = 3.24. Besarnya nilai R^2 antara kekuatan otot lengan (X_1), tinggi badan (X_2) dan koordinasi mata tangan (X_3) dengan keterampilan servis atas bola voli mini(Y) sebesar 0.455.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Bima Aksara.

Fahruq, M. 2015. *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Jogjakarta: Andy Offset

Ismaryati. 2006. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret *Press*

Mulyono, B. 1992. *Tes dan Pengukuran POR*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret

Sudjana N. 2002. *Metode Statistika*. Bandung. Tarsito

Suharini Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. RinekaCipta.

Sukmadinata, NS. 2006. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung. Remaja Rosdakarya.

Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Penerbit Universitas Terbuka

.