JURNAL

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS ATAS DAN PUKULAN SMASH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MINI PADA SISWA KELAS V DAN VI SDN PLOSOHARJO I KECAMATAN PACE KABUPATEN NGANJUK

CONTRIBUTION TO ARMS MUSCLE STRENGTH AND LONG ARM OF THE SERVICE CAPABILITY AND SMASH HIT in the game MINI VOLLEYBALL IN CLASS V AND VISDN PLOSOHARJO I KECAMATAN PACE DISTRICT NGANJUK

Oleh:

Rocky Wijaya

14.0.06.01.0066

Dibimbing oleh :

1. **Prof. Dr. H. Sugiono, M.M.**
2. **Dr. Suryanto, M.Si.**

PROGRAM PASCASARJANA

PROGRAM STUDI MAGISTER KEGURUAN OLAHRAGA

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL TESIS TAHUN 2016

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: ROCKY WIJAYA
NPM	:14.0.06.01.0066
Telepun/HP	:085735057050
Alamat Surel (Email)	: RokyRoker46@Gmail.Com
Judul Artikel	: Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Dan Pukulan Smash Dalampermainan Bola Voli Mini Pada Siswa Kelas V Dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk
Fakultas – Program Studi	: Pascasarjana-Magister Keguruan Olahraga
Nama Perguruan Tinggi	:UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi	:Jl. KH. Ahmad Dahlan 76 Kota Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;

b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, Februari 2017
Pembimbing I **Prof. Dr. H. Sugiono, M.M.** **NIDN.0014015706**	**Pembimbing II** **Dr. Suryanto, M.Si.** **NIDN. 0010056501**	Penulis, Rocky Wijaya NPM. 14.0.06.01.0063

KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS ATAS DAN PUKULAN SMASH DALAMPERMAINAN BOLA VOLI MINI PADA SISWA KELAS V DAN VI SDN PLOSOHARJO I KECAMATAN PACE KABUPATEN NGANJUK

Rocky Wijaya
NPM.14.0.06.01.0066
Pascasarjana-Magister Keguruan Olahraga
adityasutanegara48@gmail.com
Prof. Dr. H. Sugiono, M.M. dan Dr. Suryanto, M.Si.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Rocky Wijaya : Kontribusi Kekuatan Otot Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Dan Pukulan Smash Dalam Permainan Bola Voli Mini Pada Siswa Kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk
Tesis, Kebugaran Olahraga, Program Pascasarjana, UN PGRI Kediri, 2017

Dalam permainan bola voli mini masih banyak siswa yang mengalami kesulitan untuk melakukan teknik dasar permainan bola voli mini terutama dalam hal kemampuan servis dan smash. Rumusan masalah berdasarkan latar belakang adalah sebagai berikut: 1). Adakah kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis atas?. 2). Adakah kontribusi panjang lengan terhadap kemampuan servis atas?. 3). Adakah kontribusi kekuatan otot lengan terhadap pukulan smash?. 4). Adakah kontribusi panjang lengan terhadap pukulan smash?. 5). Adakah kontribusi bersama kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan servis atas?. 6). Adakah kontribusi bersama kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap pukulan smash?

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah eksperimen korelasional lapangan terhadap uji regresi tunggal dan berganda. Uji Regresi tunggal adalah kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis atas, Panjang lengan terhadap kemampuan servis atas, Kekuatan otot lengan terhadap pukulan smash, Panjang lengan terhadap pukulan smash. Uji regresi berganda adalah untuk menguji kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan servis atas, Kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap pukulan smash.

Penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pengambilan data secara langsung di lapangan dengan melakukan test, diantaranya adalah kekuatan otot lengan dan panjang lengan, kuantitatif karena data berupa angka.

Berdasarkan analisis data diperoleh nilai rhitung sebesar 0,595> nilai rtabel sebesar 0,325 dengan nilai signifikansi sebesar 0,05, maka terdapat kontribusi antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan servis atas, Berdasarkan analisis data diperoleh nilai rhitung sebesar 0,492> nilai rtabel sebesar 0,325 dengan nilai signifikansi sebesar 0,05, maka dapat dinyatakan bahwa terdapat kontribusi antara kekuatan otot lengan dengan panjang lengan terhadap kemampuan pukulan *smash* siswa dan Berdasarkan 3 analisis data diperoleh nilai F hitung sebesar 10,144 > F tabel; 3,25 dengan nilai signifikansi sebesar 0,05. Maka dapat dinyatakan bahwa terdapat kontribusi antara kekuatan otot lengan dan

panjang lengan dengan ketepatan servis atas dan pukulan smash pada permainan bola voli mini siswa kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Pace Nganjuk.

Kata Kunci : kekuatan otot lengan, panjang lengan, kemampuan servis atas, pukulan *smash,* bola voli mini.

I. LATAR BELAKANG

Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang berguna dan dibutuhkan anak dalam kehidupannya sehari-hari. Namun pada zaman modern dengan berbagai bentuk kemajuan tekhnologi seperti sekarang ini, kebanyakan anak memilih untuk lebih banyak menghabiskan waktunya bermain dengan cara menikmati fasilitas yang telah tersedia, dibandingkan untuk melakukan aktivitas yang harus menggerakkan otot. Kegiatan fisik dengan menggunakan olah tubuh dimaksudkan agar siswa mempunyai perkembangan gerak tubuh yang selaras dan harmonis sehingga kelak mempunyai kemampuan perkembangan gerak yang baik.

Di Indonesia banyak jenis olahraga yang berkaitan dengan gerak, diantarannya adalah permainan bola voli. Gerak dasar dalam permainan bola voli merupakan faktor yang sangat penting untuk dikuasai setiap pemain bola voli. Dengan bermain bola voli akan berkembang secara baik unsure - unsur daya pikir kemampuan dan perasaan. Di samping itu kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya. Penguasaan gerakan atau tehnik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan kalah dan menangnya tim dalam suatu pertandingan disamping unsur kondisi fisik, taktik, dan mental, (Suharno,1982: 51). Ada enam cara gerakan dasar atau tehnik dasar bersentuhan dengan bola pada permainan bola voli, atau dengan istilah yang lebih umum “ skills”, skills tersebut adalah service, dig, attack, volley, block, dan defence.

II. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen lapangan terhadap uji regresi tunggal dan berganda. Uji Regresi tunggal adalah kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *servis* atas, Panjang lengan terhadap kemampuan *servis* atas, Kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash*, Panjang lengan terhadap pukulan smash. Uji regresi berganda adalah untuk menguji kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan *servis* atas, Kekuatan otot lengan dan

panjang lengan terhadap pukulan *smash*. Eksperimen korelasional yang hampir atau semua taraf sebuah faktor dikombinasikan atau disilangkan dengan semua taraf tiap faktor lainnya yang ada dalam eksperimen.

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pengambilan data secara langsung di lapangan dengan melakukan test, diantaranya adalah kekuatan otot lengan dan panjang lengan, kuantitatif karena data berupa angka.

Sesuai dengan permasalahan dan hipotesis yang diajukan maka dalam hal ini dilakukan dengan deskripsi analisis yang berarti akan memberikan gambaran menurut apa adanya tentang kontribusi kekuatan otot dan panjang lengan terhadap kemampuan servis atas dan pukulan smash pada Cabang Olahraga Bola Voly Mini. Penelitian ini digunakan untuk mengetahui besar kontribusi antara variabel – variabel yang terlibat dalam penelitian. Besar koefisien korelasi dipengaruhi oleh variabilitas nilai–nilai yang dikorelasikan pengungkapan dan penelitian yang digunakan dengan teknik tes dan pengukuran pra survey dengan prosedur penelitian meliputi pengukuran dua variabel atau lebih dari satu subyek.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Sebelum dilakukan pengukuran sebelumnya alat yang digunakan dilakukan penerapan untuk mengetahui apakah alat yang digunakan masih baik atau tidak. Setelah itu dilakukan pengukuran pada tiap-tiap variable

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. HASIL

Hasil penelitian ini mempunyai implilkasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang olahraga, khususnya bolavoli mini siswa kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Pace Nganjuk, yaitu bagi guru atau pelatih dan pemain yang akan meningkatkan ketepatan *servis* atas dan pukulan *smash*, agar memperhatikan dan meningkatkan faktor kekuatan otot lengan dengan ditinjau panjang lengan. Hal ini

dikarenakan kedua variabel ini mempunyai hubungan yang positif dan signifikan serta memberikan kontribusi yang nyata terhadap kemampuan servis atas dan pukulan *smash* , sehingga dengan meningkatkan latihan pada kedua faktor ini kemampuan servis atas seseorang akan meningkat maka pukulan smash juga meningkat.

2. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada kontribusi signifikan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli mini pada Siswa Kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.
2. Ada Kontribusi antara panjang lengan terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli mini pada Siswa Kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.
3. Ada kontribusi signifikan kekuatan otot lengan terhadap pukulan smash dalam permainan bola voli mini pada Siswa Kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.
4. Ada kontribusi signifikan panjang lengan terhadap pukulan smash dalam permainan bola voli mini pada Siswa Kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.
5. Terdapat kontribusi bersama antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli mini pada Siswa Kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.
6. Terdapat kontribusi bersama antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap pukulan smash dalam permainan bola voli mini pada Siswa Kelas V dan VI SDN Plosoharjo I Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. (2007). Panduan Olahraga BolaVoli. Solo: Era Pustaka Utama

Amung Ma'mun, Yudha. M. Saputra. (2000). Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak. Jakarta: Departemen Pendidikn dan Kebudayaan

Depdikbud. 1999. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta : Balai Pustaka.

Hadi, Sutrisno. 2000.Metodologi Penelitian, Yogyakarta: Andi Yogyakarta

Harsono. (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching.Bandung: Tambak Kusuma CV

M. Yunus. (1991). Olahraga Pilihan Bola Voli . Yogyakarta: Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan Depdikbud

M. Yunus. 1992. Bola voli Olahraga Pilihan . Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi

Sardjono, S., Sardjito, 1977, Hydrocarbon Source Rock Identification In The South Palembang Sub-Basin, Proceedings Indonesian Petroleum Association, Eighteenth Annual Convention, October 1989

Sudjana. 2002. Metode Statistika.Bandung: Tarsito

Suharno HP. (1981). Metodik Melatih Permainan Bola Volley. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta

Suharno HP.(1985). Ilmu Kepelatihan Olahraga. Yogyakarta IKIP Yogyakarta

Tim Bina Karya Guru. 2004. TeRampil Berhitung Matematika Untuk SD KelasIV.Jakarta:Erlangga