

## **ARTIKEL**

**HUBUNGAN ANTRA KEKUATAN OTOT LENGAN, KEKUATAN OTOT  
PUNGGUNG DAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KETEPATAN  
SERVIS ATAS PADA PERMAINAN BOLAVOLI SISWA PUTRA KELAS X DI  
SMK PAWYATAN DAHA 3 KEDIRI TAHUN 2018**



**Oleh:**

**MOHAMMAD ALVAN ROZIQUI**

**14.1.01.09.0006**

**Dibimbingoleh :**

- 1. Drs. H. SETYO HARMONO, M.Pd**
- 2. MOH. NURKHOLIS, M. Pd**

**PROGRAM STUDI PENJASKESREK  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI  
TAHUN 2019**



**SURAT PERNYATAAN  
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019**

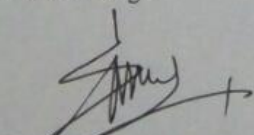
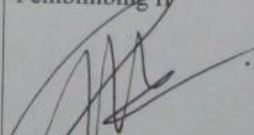
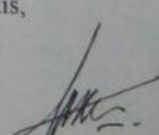
**Yang bertanda tangan di bawah ini:**

Nama Lengkap : Mohammad Alvan roziqi  
NPM : 14.1.01.09.0006  
Telepon/HP : 085335679884  
Alamat Surel (Email) : alvan7016@gmail.com  
Judul Artikel : Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Punggung dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Keteptan Servis Atas Pada Permainan Bolavoli Siswa Putra Kelas X Di SMK Pawyatan Daha 3 Kediri  
Fakultas – Program Studi : FKIP - Penjaskesrek  
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri  
Alamat Perguruan Tinggi : Jl.K.H.Achmad Dahlan No.76 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- Artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiasi.
- 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 ke tidak sesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 4 Februari 2019
Pembimbing I  Drs. H. Setvo Harmono, M.Pd NIDN.0727095801	Pembimbing II  Moh. Nurkholis, M.Or NIDN.0725048802	Penulis,  Mohammad Alvan Roziqi NPM .14.1.01.09.0006

Mohammad Alvan Roziqi | 14.1.01.09.0006  
FKIP – Penjaskesrek

simki.unpkediri.ac.id  
|| 1||



## JUDUL

# HUBUNGAN ANTRA KEKUATAN OTOT LENGAN, KEKUATAN OTOT PUNGGUNG DAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KETEPATAN SERVIS ATAS PADA PERMAINAN BOLAVOLI SISWA PUTRA KELAS X DI SMK PAWYATAN DAHA 3 KEDIRI TAHUN 2018

MOHAMMAD ALVAN ROZIQUI  
14.1.01.09.0006  
FKIP – Penjaskesrek  
alvan7016@gmail.com  
Drs. H. Setyo Harmono, M.Pd  
Moh. Nurkholis, M.Or  
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

## ABSTRAK

**MOHAMMAD ALVAN ROZIQUI:** Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Punggung Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Ketepatan Servis Atas Pada Permainan Bolavoli Siswa Putra Kelas X Di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018. Skripsi PENJASKESREK Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2019

Atletika adalah gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, lompat, dan jalan. Kata ini berasal dari bahasa Yunani "*athlon*" yang berarti "kontes". Atletik merupakan cabang olahraga yang diperlombakan pada olimpiade pertama pada 776 SM

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Putra Kelas X SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri tahun 2018 yang jumlahnya 193 siswa.

Pembahasan: (1). Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $X1.y = 0,071 > r(0.05)(30) = 0,361$ . (2) Ada hubungan yang signifikan antara hubungan antara kekuatan otot punggung dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $X2.y = 0,164 > r(0.05)(30) = 0,361$ . (3). Ada hubungan yang signifikan antara hubungan antara koordinasi mata tangan dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $X3.y = 0,079 > r(0.05)(30) = 0,361$ . (4). Ada hubungan yang signifikan antara hubungan antara kekuatan otot lengan, kekuatan otot punggung dan koordinasi mata tangan dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $Ry (X1, X2, X3, Y) = 0,781 > R(0.05)(30) = 0,361$ .

Dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, maka penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk mengetahui hubungan kekuatan otot lengan, kekuatan otot punggung dan koordinasi mata tangan dengan ketepatan servis atas. Selain itu untuk menambah wawasan yang luas kepada siswanya.

## KATA KUNCI : Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Punggung Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Ketepatan Servis Atas

### I. LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerja sama) serta kebiasaan polah hidup sehat. Aktivitas yang diberikannya dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan edukatif-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Salah satu contoh cabang olahraga yang digunakan sebagai materi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah adalah bola voli. Bola voli merupakan cabang olahraga yang dimainkan secara beregu. Menurut Subowo (2005: 1) "Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan

yang dipisahkan oleh sebuah net". Dalam permainan bola voli terdapat banyak teknik dasar salah satunya adalah mengumpan (*passing*). Mengumpan (*passing*) ada dua cara yaitu *passing* atas dan *passing* bawah.

Kegiatan pembelajaran bola voli yang dilakukan merupakan salah satu kegiatan pokok yang harus dipelajari oleh siswa putra kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri. Dalam satu kegiatan pembelajaran bola voli terdapat berbagai macam tingkat kemampuan putra kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri. Salah satunya yang menarik perhatian peneliti adalah ketepatan servis atas permainan bola voli.

Mengingat bahwa dalam pembelajaran bola voli hanya diberikannya teknik dasar saja dan tidak ada program latihan komponen-komponen fisik secara khusus, sehingga menyebabkan perbedaan kemampuan khususnya hasil servis bawah bola voli pada siswa kelas X SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri tersebut maka perlu ditelusuri faktor penyebabnya, apakah karena dipengaruhi perbedaan kemampuan fisik khususnya kekuatan otot lengan dan kek

uatano totung kaiataukah disebabkan faktor lain nya. Servis atas merupakan salah satu unsur yang penting dalam penyerangan untuk memenangkan setiap set dalam permainan bola voli, untuk itu perlu diadakan penelitian, tentang kemampuan servis atas dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahragada n kesehatan putra kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri. Untuk mengetahui hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Punggung Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Ketepatan Servis Atas Pada Permainan Bola voli Putra kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018”

## II. METODE

### A. Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto, (2006:118) “Variabel adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Setiap penelitian mempunyai obyek yang dijadikan sasaran penelitian. Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional dalam penelitian ini, yaitu :

- 1) Kekuatan Otot Lengan adalah Siswa akan melakukan gerakan *push up* dan di beri waktu selama 30 detik.
- 2) Kekuatan Otot Punggung adalah Siswa akan melakukan gerakan tarikan pada alat *latback & leg dynamometer* dengan tarik sekuat mungkin.
- 3) Koordinasi Mata Tangan adalah Diukur menggunakan eslempartangkap bola tenis dengan melakukan lemparan 20 kali, tangan kanan 10 kali dan tangan kiri 10 kali lalu dijumlahkan
- 4) Ketepatan Servis Atas adalah Siswa akan melakukan servis atas yang nantinya mengarahkan bola ke sasaran sesuai dengan tujuan yang dilakukan dengan menggunakan instrumen pengukur servis bola voli.

### B. Teknik dan Pendekatan Penelitian

#### 1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan oleh peneliti yaitu pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013: 23) “data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka”. Hal ini digunakan karena datanya yang diperoleh berupa bentuk angka-angka pernyataan (kuantitatif). Sedangkan data

tersebut diperoleh melalui tes dan pengukuran yang dilakukan secara langsung di lapangan.

## 2. Tehnik Penelitian

teknik korelasi merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara 3 variabel atau lebih. Dalam penelitian ini dapat difungsikan untuk menjelaskan dan mengontrol suatu gejala. "Untuk itu dalam langkah awal pembuktian, maka perlu dihitung terlebih dahulu koefisien korelasi antar variabel dalam sampel, baru koefisiennya yang ditemukan diuji signifikannya" Sugiyono, (2013: 224).

## HASIL DAN KESIMPULAN

### A. Simpulan

Berdasarkan kajian teori dan hipotesis yang penulis uraikan pada bab III, serta memperhatikan hasil penelitian dan pembahasan bab IV dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $X1.y = 0,071 > r(0.05)(30) = 0,361$
2. Ada hubungan yang signifikan antara

kekuatan otot punggung dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $X2.y = 0,164 > r(0.05)(30) = 0,361$ .

3. Ada hubungan yang signifikan antara hubungan antara koordinasi mata tangan dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $X3.y = 0,079 > r(0.05)(30) = 0,361$ .
4. Ada hubungan yang signifikan antara hubungan antara kekuatan otot lengan, kekuatan otot punggung dan koordinasi mata tangan dengan ketepatan servis atas pada siswa kelas X di SMK PAWYATAN DAHA 3 Kediri Tahun 2018, dengan nilai  $Ry (X1, X2, X3, Y) = 0,781 > R(0.05)(30) = 0,361$ .

## IV. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.