

ARTIKEL

**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA TANGAN, KEKUATAN OTOT
LENGAN DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN
KETEPATAN SERVIS ATAS ATLET PUTR CLUB
BOLAVOLI 76 MOJOROTO KEDIRI
TAHUN 2018**

**RELATIONSHIP BETWEEN HAND EYE COORDINATION, STRENGTH OF
MUSCLE ARM AND STRENGTH OF THE MUSCLE MUSCLE WITH
ACCURACY OF SERVICE TO ATLET PUTR CLUB
BOLAVOLI 76 MOJOROTO KEDIRI
2018**



Disusun oleh:

DIDIN KHOIRUSSALAM

14.1.01.09.0105

Dibimbing Oleh:

1. Nur Ahmad Muharram, M.Or
2. Puspodari, M.Pd.

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2019



**SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : DIDIN KHOIRUSSALAM
NPM : 14.1.01.09.0105
Telepon/HP : 0852 3273 3765
Alamat Surel : varioabang333@gmail.com
Judul Artikel : HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA TANGAN,
KEKUATAN OTOT LENGAN DAN KEKUATAN OTOT
PERUT DENGAN KETEPATAN SERVIS ATAS ATLET
PUTR CLUB BOLAVOLI 76 MOJOROTO KEDIRI TAHUN
2018

Fakultas – Program Studi : FKIP/ PENJASKESREK

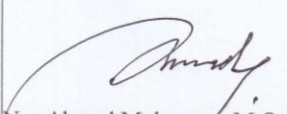


Nama Perguruann Tinggi : UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Alamat Perguruan Tinggi : Kampus 1 Jl.K. Achmad Dahlann No.76 Kediri

Dengan ini Menyatakan Bahwa:

- Artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme.
- 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 bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui,		Kediri, 4 Januari 2019
Pembimbing I,  Nur Ahmad Muharram, M.Or NIDN. 0709059001	Pembimbing II,  Puspodari, M.Pd. NIDN. 0709059001	Penulis,  Didin Khoirusssalam NPM: 14.1.01.09.0105

Didin Khoirusssalam | 14.1.01.09.0105
FKIP – PENJASKESREK

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

**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA TANGAN, KEKUATAN OTOT
LENGAN DAN KEKUATAN OTOT PERUT DENGAN
KETEPATAN SERVIS ATAS ATLET PUTR CLUB
BOLAVOLI 76 MOJOROTO KEDIRI
TAHUN 2018**

DIDIN KHOIRUSSALAM

NPM: 14.1.01.09.0105

varioabang333@gmail.com

FKIP-PENJASKESREK

Nur Ahmad Muharram, M.Or¹ dan Puspodari, M.Pd.²

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurang maksimalnya atlet dalam melakukan servis atas. Ketika melakukan servis atas, arah bola tidak bisa dikendalikan dan banyak yang keluar. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Adakah hubungan Antara Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri. (2) Adakah hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri. (3) Adakah hubungan Antara Kekuatan Otot Perut Terhadap Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri. (4) Adakah Hubungan Antara Koordinasi Mata Tangan, Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri.

Penelitian ini menggunakan penelitian korelasi tanpa perlakuan. Sampel dari penelitian ini adalah atlet putra club bolavoli 76 Mojoroto sebanyak 16 atlet putra. Instrumen penelitian ini menggunakan *shit up* 30 detik, *push up* 30 detik, lempar tangkap bola, dan tes ketepatan servis atas bolavoli. Teknik analisis data menggunakan analisis statistic SPSS 16 IBM yang diuji prasyarat terlebih dahulu.

Hasil dari penelitian ini adalah: (1) Tidak ada hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan ketepatan servis atas atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri, dengan nilai signifikansi p sebesar $0.371 > 0.05$, (2) Ada hubungan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan servis atas atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri, dengan sumbangan positif sebesar 55,2 % dan nilai signifikansi 2-tailed sebesar $0.027 < 0.05$, (3) Ada hubungan antara kekuatan otot perut dengan ketepatan servis atas atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri, dengan sumbangan positif sebesar 77,7 % dan nilai signifikansi p $0.000 < 0.05$, (4) Ada hubungan antara koordinasi mata-tangan, kekuatan otot lengan dan kekuatan otot perut dengan ketepatan servis atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri, dengan koefisien korelasi sebesar 0.814 dan sumbangan sebesar 66,2 % dan 33,8 % dari variabel diluar penelitian dengan nilai Sig. *F Change* $0,004 < 0,05$.

Berdasarkan hasil kesimpulan disarankan bagi pelatih untuk memberikan latihan yang lebih bervariasi lagi dan mengkaji tentang faktor kondisi fisik sebagai upaya untuk meningkatkan ketepatan servis atas pada permainan bolavoli. Perlu diadakan penelitian lanjutan dengan menambah variabel lain.

Kata Kunci: Bolavoli, koordinasi mata tangan, kekuatan otot lengan

I. LATAR BELAKANG

Bolavoli adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu, yang masing-masing terdiri atas enam orang. Bola dimainkan di udara dengan melewati net, dan setiap regu hanya bisa memainkan bola tiga kali pukulan. (Munasifah, 2008). Bolavoli adalah suatu permainan yang dimainkan dengan menggunakan bola pompa besar dan sebuah net yang tinggi, bola dipukul dengan tangan, di kembalikan tanpa menyinggung lantai sebelum bola dikembalikan melewati net. Ia dimainkan antara dua regu, masing-masing regu berada dilapangan (*Court*) yang sebelah-menyebelah (Soekardjo & Sudijiandoko, 1994).

Dalam permainan bolavoli banyak terdapat teknik dasar diantaranya: *passing*, *serve*, *spike/ smash*, serta *block*. Teknik *passing* sendiri terdapat tiga teknik seperti *passing atas*, *set-up*, dan *passing bawah*. *Servis* juga mempunyai dua jenis *servis* yaitu *servis atas*, dan *servis bawah*. Beberapa teknik dasar permainan bolavoli yang paling penting adalah teknik dasar *servis*. *Servis* merupakan tindakan memukul bola oleh seorang pemain belakang yang di lakukan dari daerah *servis*. Teknik *servis* atas merupakan tindakan memukul bola dengan cara

melemparkan bola ke atas lalu memukulnya dengan mengayunkan tangan dari atas sambil di ikuti dengan pukulan sehingga bola meluncur dengan cepat dan tepat mengenai lapangan tim lawan. *Servis* yang bertenaga tentunya membutuhkan kordinasi mata-tangan serta kekuatan otot-otot antara lain kekuatan otot lengan, otot perut. Kordinasi mata-tangan di gunakan untuk menyelaraskan suatu gerakan, kekuatan otot lengan di gunakan untuk mendorong bola, kekuatan otot perut di artikan sebagai tenaga.

Dari ketiga teknik tersebut di atas, *servis* memegang peranan yang tidak kecil karena permainan bolavoli tanpa didahului dengan *servis* maka permainan bolavoli tidak dapat di mulai karena *servis* sebagai pembuka permainan. Pelaksanaan *servis* yang baik tentunya harus di dukung dengan intensitas dan frekuensi dalam melaku-kan latihan *servis*. Dengan itu semua di harapkan mampu dan paham tentang bagaimana *servis* yang tepat sasaran, bertenaga dan dapat menyulitkan lawan. Untuk itu di butuhkan metode latihan yang baik serta yang sesuai dengan gerakan *servis*. Dengan porsi latihan yang tepat dan seimbang akan dapat menjadikan pemain menjadi lebih baik lagi dalam melakukan *servis* atas.

Berdasarkan hasil observasi awal bahwa pada Club 76 Kediri bahwa servis atas yang dilakukan oleh para pemain belum maksimal, hal ini dapat diketahui dari hasil permainan yang dilakukan oleh para pemain pada saat melakukan servis atas menyangkut net, melebihi lapangan atau keluar lapangan, tidak sampai pada lawan, pukulan bola terlalu lemah.

Dengan adanya penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Hubungan Antara Koordinasi Mata Tangan, Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bolavoli 76 Putri Mojoroto Kediri 2018".

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif (Suharsimi Arikunto 20015:69). Teknik penelitian menggunakan pendekatan kolerasional. Penelitian ini dilakukan ketika kita ingin mengetahui tentang ada tidaknya dan kuat lemahnya hubungan variabel yang terkait dalam suatu objek atau subjek yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah 16 atlet putri bola voli club 76 Mojoroto Gang 7 Barat Kota Kediri. Sampel yang digunakan penelitian adalah populasi atau di ambil

dari keseluruhan atlet remaja putri kelompok umur 12-15 yang berjumlah 16 atlet. Dalam penelitian ini mengambil sampel menggunakan teknik *total sampling* (Sugiyono, 2014:80). Penelitian dilakukan GOR kampus 4 UNP Kediri. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes, karena tes adalah instrumen pengukur atau alat. Teknik analisis data menggunakan regresi linear berganda uji-r dan uji-F.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Tidak Ada Hubungan antara Koordinasi Mata-tangan dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri

Nilai *pearson Correlation* sebesar 0.240 dan Sig. 2-tailed sebesar 0.371. dari hasil tersebut menunjukkan korelasi berada pada tingkat 0.01 dengan nilai sebesar 0.240, jika diubah dalam bentuk persentase maka besarnya adalah 24, %. Selanjutnya nilai *signfkansi 2-tailed* sebesar $0.371 > 0.05$ yang artinya tidak memiliki nilai korelasi. Dari pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa variabel koordinasi mata-tanagn dapat dinyatakan tidak memiliki korelasi positif dengan ketepatan servis atas ada permainan bolavoli. Maka

hipotesis Ada Koordinasi Mata-tangan dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri ditolak.

Pengujian hipotesis pertama mendapatkan hasil ditolak, dengan kata lain tidak ada hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan ketepatan servis atas pada permainan bolavoli di Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri. Hal ini dikarenakan komponen kondisi fisik tersebut merupakan bukan dominan dari komponen yang digunakan pada servis atas. Sehingga hanya memiliki sumbangan yang relatif kecil dalam keberhasilan servis atas, sehingga pada pengujian hipotesis ditolak. Selain itu setelah melihat karakteristik servis atas yang diambil adalah ketepatannya, maka orang coba pada melakukan tes ketepatan servis cenderung berhati-hati. Dengan hasil nilai yang didapatkan dari tes koordinasi mata-tangan rendah. Faktor dari tidak sering orang coba melakukan tes koordinasi mata-tangan yang dilakukan oleh peneliti. Sehingga hal ini mengakibatkan orang coba dalam melakukan gerakan tes koordinasi mata-tangan tidak benar.

2. Ada Hubungan antara Kekuatan Otot Lengan dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri

Melihat dari hasil analisis data didapatkan nilai *pearson Correlation* sebesar 0.552 dan Sig. 2-tailed sebesar 0.027. dari hasil tersebut menunjukkan korelasi berada pada tingkat 0.01 dengan nilai sebesar 0.552, jika diubah dalam bentuk persentase maka besarnya adalah 55,2 %. Selanjutnya nilai signifikansi 2-tailed sebesar $0.027 < 0.05$ yang artinya nilai korelasi yang didapatkan berada dalam arah positif. Dari pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan otot lengan dapat dinyatakan memiliki korelasi positif dengan persentase sebesar 55,2 %. Maka hipotesis Ada Hubungan antara Kekuatan Otot Lengan dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri diterima.

Kekuatan otot lengan nampak dominan sebagai komponen biomotor pada gerakan servis atas pada permainan bolavoli. Melihat dari hasil pengujian hipotesis, maka kekuatan otot lengan memiliki pengaruh yang relatif besar untuk

menentukan keberhasilan servis atas pada permainan bolavoli. Selain itu komponen kekuatan otot lengan memang dianggap dominan sebagai dasar permainan bolavoli yang termasuk dalam olahraga menggunakan lengan. Dalam karakteristik gerakan servis atas juga membutuhkan lengan yang kuat dalam memukul bola agar melewati net. Selain kekuatan komponen dari luar variable penelitian adalah tambahan dari dasar yang dihasilkan dari kekuatan. Sehingga kekuatan otot lengan merupakan salah satu faktor dominan dalam melakukan servis atas. Dapat disimpulkan bahwa jika atlet memiliki kekuatan otot lengan yang baik, maka ketepatan servis dalam permainan bolavoli akan baik juga.

3. Ada Hubungan antara Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri

Melihat dari hasil analisis data didapatkan nilai *pearson Correlation* sebesar 0.777 dan Sig. 2-tailed sebesar 0.000. dari hasil tersebut menunjukkan korelasi berada pada tingkat 0.01 dengan nilai sebesar 0.777, jika diubah dalam bentuk persentase maka besarnya adalah

77,7 %. Selanjutnya nilai signifikansi 2-tailed sebesar $0.000 < 0.05$ yang artinya nilai korelasi yang didapatkan berada dalam arah positif. Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan otot perut dapat dinyatakan memiliki korelasi positif dengan persentase sebesar 77,7 %. Maka hipotesis Ada Hubungan antara Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri diterima.

Dalam permainan bolavoli yang dituntut memiliki komponen kondisi fisik yang baik, maka dilakukan latihan-latihan dalam meningkatkan komponen kondisi fisik tersebut. Salah satu dari komponen kondisi fisik ini adalah kekuatan. Komponen kekuatan cukup dominan dalam permainan bolavoli, meskipun tanpa menghilangkan komponen kondisi fisik lainnya. Dalam hal ini kekuatan otot perut yang dibuktikan bahwa memiliki sumbangan terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli. Hal ini dikarenakan pada gerakan servis atas yang baik terdapat gerakan meliukan punggung. Dengan meliukan punggung maka gerakan servis atas

akan mudah dilakukan karena melecutkan punggung dan berakhir pada pukulan bola. Kekuatan otot perut berfungsi sebagai penarik gerakan meliuk dari belakang ke depan, sehingga dibutuhkan kekuatan otot perut yang baik untuk mendapatkan ketepatan servis atas yang baik juga.

4. Ada Hubungan Secara Bersamaan antara Koordinasi mata-tangan, Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri

Dari hasil analisis menunjukkan bahwa didapatkan nilai R sebesar 0.814 dan R Square sebesar 0.662 dari hasil tersebut menunjukkan koefisien korelasi adalah 0.814 yang berarti korelasi berada ditingkat tinggi sekali dengan sumbangan sebesar 66,2 % dan 33,8 % dari variabel diluar penelitian. Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa variabel koordinasi mata-tangan, kekuatan otot lengan dan kekuatan otot perut dapat dinyatakan memiliki korelasi positif dengan persentase sebesar 66,2 % Selanjutnya melihat dari nilai $Sig. F$ $Change$ $0,004 < 0,05$, Maka hipotesis Ada Hubungan antara Koordinasi

Mata-tangan, Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan Servis Atas Atlet Club Bola Voli 76 Mojoroto Kediri diterima.

Sumbangan dari ketiga variabel memiliki korelasi yang positif. Artinya masing-masing komponen dapat memberikan perannya masing-masing pada saat melakukan gerakan servis atas pada permainan bolavoli. Mengingat bahwa komponen kondisi fisik sebenarnya tidak dapat dipisahkan dari olahraga permainan yang membutuhkan faktor penunjang. Meskipun komponen kondisi fisik yang diteliti pada penelitian ini dianggap belum mewakili seluruh komponen kondisi fisik yang dominan pada permainan bolavoli. Disamping itu komponen kondisi fisik juga memberikan sumbangan yang positif untuk menampilkan teknik yang lebih baik.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Munasifah. 2008. *Bermain Bola Voli*. Semarang: Aneka Ilmu.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*.



Yogyakarta: FIK. Universitas
Negeri Yogyakarta.

Sajoto. 2003. *Peningkatan dan
Pembinaan Kekuatan Kondisi
Fisik Dalam Olah Raga*.
Semarang: Dahara Prize.

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian
Pendidikan (pendekatan
Kuantitatif, Kualitatif, R&D)*.
Penerbit CV. Alfabeta: Bandung.