

**KONTRIBUSI *POWER* TUNGKAI, *POWER* LENGAN DAN
KOORDINASI MATA-TANGAN TERHADAP KECEPATAN
DAN KETEPATAN KEMAMPUAN *SMASH* DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga



Disusun oleh :
Anggit Nurfaiz
NIM. 1804319

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2022

**KONTRIBUSI *POWER* TUNGKAI, *POWER* LENGAN DAN KOORDINASI
MATA-TANGAN TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN
KEMAMPUAN *SMASH* DALAM PERMAINAN BOLA VOLI**

Oleh
Anggit Nurfaiz

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Olahraga

© Anggit Nurfaiz 2022
Universitas Pendidikan Indonesia
Oktober 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**KONTRIBUSI POWER TUNGKAI, POWER LENGAN DAN
KOORDINASI MATA-TANGAN TERHADAP KECEPATAN DAN
KETEPATAN KEMAMPUAN SMASH DALAM PERMAINAN BOLA
VOLI**

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I,



**Iman Imanudin, M.Pd.
NIP. 197508102001121001**

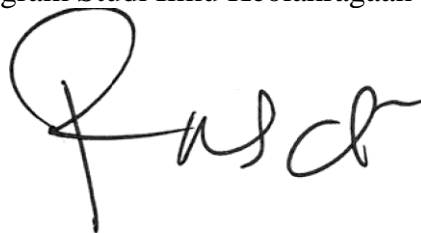
Pembimbing II,



**Unun Umaran, S.Si, M.Pd
NIP. 9202001298112121002**

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan UPI



**Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A.,
Ph.D NIP. 19760812 2001121001**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kontribusi Power Tungkai Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Smash, Kontribusi Power Lengan Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Smash, Kontribusi Koordinasi Mata-tangan Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Smash, mengetahui Kontribusi Power Tungkai, Power Lengan dan Koordinasi Mata-tangan Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Smash Dalam Permainan Bola Voli pada Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Purnama Sumpiuh. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif deskriptif teknik korelasional dengan metode pengambilan sampel adalah *total sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Purnama Sumpiuh yang berjumlah 18 orang yang dijadikan sampel. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dan di analisis dengan bantuan program komputer SPSS. Hasil penelitian ini menunjukkan Terdapat Kontribusi Power Tungkai, Power Lengan dan Koordinasi Mata-tangan Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Smash Dalam Permainan Bola Voli pada Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Purnama Sumpiuh. Hal ini dibuktikan oleh hasil perhitungan uji korelasi diperoleh hasil penelitian memperoleh nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Terdapat Kontribusi Power Tungkai, Power Lengan dan Koordinasi Mata-tangan Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Smash Dalam Permainan Bola Voli pada Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Purnama Sumpiuh.

Kata Kunci : Power tungkai, Power lengan, Koordinasi mata tangan, Kecepatan dan Ketepatan.

ABSTRACT

This study aims to determine the Contribution of Leg Power to Smash Speed and Accuracy, the Contribution of Arm Power to Smash Speed and Accuracy, Contribution of Eye-Hand Coordination to Smash Speed and Accuracy, to determine the Contribution of Leg Power, Arm Power and Eye-Hand Coordination to Speed and Accuracy. Smash in Volleyball Game at Purnama Sumpiuh Junior High School Volleyball Extracurricular. The research method used in this research is descriptive quantitative method, correlational technique with the total sampling method. The population in this study was volleyball extracurricular students at Purnama Sumpiuh Junior High School, which amounted to 18 people who were used as samples. The data analysis technique used is descriptive statistical technique and analyzed with the help of the SPSS computer program. The results of this study indicate that there is a contribution of Leg Power, Arm Power and Eye-Hand Coordination to the Speed and Accuracy of Smash in Volleyball Game at the Volleyball Extracurricular of SMP Purnama Sumpiuh. This is evidenced by the results of the calculation of the correlation test, the results of the study obtained a significance value less than 0.05. Thus, it can be concluded that there is a contribution of Leg Power, Arm Power and Eye-Hand Coordination to the Speed and Accuracy of Smash in Volleyball Game at Purnama Sumpiuh Junior High School Volleyball Extracurricular.

Keywords: Leg power, arm power, hand eye coordination, speed and accuracy

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERNYATAAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Secara Teoritis	3
1.4.2 Secara Praktis.....	3
BAB II KAJIAN TEORI	6
2.1. Deskripsi Teori.....	6
2.1.1 Permainan Bola Voli	6
2.1.2 Teknik Dasar Permainan Bola Voli.....	7
2.1.3 Tinjauan Teknik Dasar Smash	9
2.1.4 Sikap Dasar Melakukan Smash	10
2.1.5 Pengaruh Kondisi Fisik Pada Permainan Bola Voli	12
2.1.6 Power Tungkai	13
2.1.7 Power Lengan.....	14
2.1.8 Koordinasi Mata-Tangan.....	15
2.2 Penelitian Relevan	17
2.3 Kerangka Berpikir.....	19
2.4 Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1 Desain Penelitian	22
3.2 Populasi dan Sampel	23
3.3 Instrumen Penelitian	23

Anggit Nurfaiz, 2022

KONTRIBUSI POWER TUNGKAI, POWER LENGAN, KOORDINASI MATA-TANGAN TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN KEMAMPUAN SMASH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.3.1 Tes Vertikal Jump	23
3.3.2 Two Hand Medicine Ball Push	24
3.3.3 Tes Koordinasi Mata-Tangan.....	25
3.3.4 Tes Ketepatan Smash.....	26
3.4 Analisis Data.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
4.1 Hasil Penelitian	29
4.2 Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku.....	29
4.3 Hasil Penghitungan Uji Normalitas	30
4.4 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas.....	31
4.5 Hasil Uji Korelasi	32
4.6 Pembahasan hasil penelitian	39
4.6.1 Korelasi Power Tungkai dengan Kecepatan.	39
4.6.2 Korelasi Power Tungkai dengan Ketepatan.....	40
4.6.3 Korelasi Power Lengan dengan Kecepatan.....	41
4.6.4 Korelasi Power Lengan dengan Ketepatan	41
4.6.5 Uji Korelasi Koordinasi Mata tangan dengan Kecepatan	42
4.6.6 Uji Korelasi Koordinasi Mata tangan dengan Ketepatan	43
4.6.7 Korelasi Power Tungkai, Power Lengan dan Koordinasi Mata tangan dengan Kecepatan dan Ketepatan.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data Variabel Penelitian.....	29
Tabel 4.2 Hasil Nilai rata-rata dan Standar Deviasi Variabel Penelitian.....	30
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Uji Normalitas.....	30
Tabel 4.4 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas	32
Tabel 4.5.1 Uji Perhitungan Korelasi Power Tungkai dengan Kecepatan.....	33
Tabel 4.5.2 Uji Perhitungan Korelasi Power Tungkai dengan Ketepatan	34
Tabel 4.5.3 Uji Perhitungan Korelasi Power Lengan Dengan Kecepatan	35
Tabel 4.5.4 Uji Perhitungan Korelasi Power Lengan Dengan Ketepatan.....	35
Tabel 4.5.5 Uji Perhitungan Korelasi Koordinasi Mata-Tangan Dengan Kecepatan.....	36
Tabel 4.5.6 Uji Perhitungan Korelasi Koordinasi Mata-tangan Dengan Ketepatan	37
Tabel 4.5.4 Hasil Perhitungan Uji Korelasi Power Tungkai, Power Lengan dan Koordinasi Mata-tangan dengan Kecepatan dan Ketepatan.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3 Gerakan Smash Dalam Permainan Bola Voli	10
Gambar 2.3 Kerangka Berpikir.....	20
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	22
Gambar 3.3.1 Tes Vertical Jump	22
Gambar 3.3.2 Tes Two Hand Medicine Ball Push.....	25
Gambar 3.3.3 Tes Lempar Tangkap Bola Tennis	25
Gambar 3.3.4 Tes Ketepatan Smash	25