

**KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-TANGAN DAN DAYATAHAN
OTOT LENGAN TERHADAP AKURASI SERVIS ATAS PADA
ATLET BOLAVOLI SMPN 3 RAMBATAN BATUSANGKAR**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**WAHYU KRISNA
NIM. 16086213**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI


**Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : **Kontribusi Koordinasi Mata-Tangan Dan Dayatahan
Otot Lengan Terhadap Akurasi Servis Atas Pada
Atlet Bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar**
Nama : Wahyu Krisna
NIM : 16086213
Pogram Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

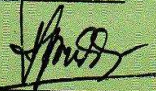
Padang, November 2021

Tim Penguji :

Ketua : **Dr. Willadi Rasyid, M.Pd**

1. 

Sekretaris : **Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd**

2. 

Anggota : **Yuni Astuti, S.Pd, M.Pd**

3. 


PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Kontribusi Koordinasi Mata-Tangan Dan Dayatahan
Otot Lengan Terhadap Akurasi Servis Atas Pada
Atlet Bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar**
Nama : Wahyu Krisna
NIM : 16086213
Pogram Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

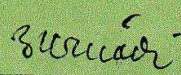
Padang, November 2021

Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan
Pendidikan Olahraga


Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Pembimbing


Dr. Willadi Rasvid, M.Pd
NIP. 19591121 198602 1 006

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Kontribusi Koordinasi Mata-Tangan dan Dayatahan Otot Lengan Terhadap Akurasi Servis Atas Pada Atlet Bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar.”, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, Oktober 2021



Wahyu Krisna
NIM 16086213

ABSTRAK

Wahyu Krisna. 2021. Kontribusi Koordinasi Mata-Tangan dan Dayatahan Otot Lengan Terhadap Akurasi *Servis* Atas Pada Atlet Bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar

Masalah dari penelitian ini adalah masih kurangnya akurasi *servis* atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata tangan, dan dayatahan otot lengan terhadap akurasi *servis* atas.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 15 orang atlet. Pengambilan sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana yang dijadikan sampel yaitu atlet yang berjumlah 15 orang atlet. Instrumen penelitian ini melalui tes lempar tangkap bola tenis ke tembok sasaran untuk koordinasi mata tangan, dayatahan otot lengan menggunakan tes *push up* dan tes akurasi *servis* atas. Teknik analisa data menggunakan teknik analisis korelasi dan korelasi ganda dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil analisis menunjukkan: 1) Koordinasi mata tangan berkontribusi terhadap akurasi *servis* atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar, dengan kontribusi sebesar 33,39%. 2) Dayatahan otot lengan berkontribusi terhadap akurasi *servis* atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar, dengan kontribusi sebesar 30,81%. 3) Koordinasi mata kaki dan dayatahan otot lengan secara bersama-sama berkontribusi terhadap akurasi *servis* atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar, dengan kontribusi sebesar 68,68%.

Kata Kunci : Koordinasi Mata-Tangan; Dayatahan Otot Lengan; Akurasi *Servis* Atas

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Kontribusi Koordinasi Mata-Tangan dan Dayatahan Otot Lengan Terhadap Akurasi *Servis* Atas Pada Atlet Bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar.”.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang .Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

- 1. Kedua orang tua saya, ayahanda dan ibunda yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.**
- 2. Dr. Willadi Rasyid, M.Pd sebagai pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.**
- 3. Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd dan Yuni Astuti, S.Pd, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan masukan, kritik dalam penyelesaian skripsi ini.**
4. Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.

- 5. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.**
- 6. Drs. Zarwan, M. Kes sebagai ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.**
- 7. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.**
- 8. Kepada teman-teman dan Atlet Bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.**

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Oktober 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
PERNYATAAN.....	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Akurasi Servis Atas Bolavoli	7
2. Koordinasi Mata-Tangan.....	10
3. Dayatahan Otot Lengan.....	12
B. Kerangka Konseptual.....	13
C. Hipotesis Penelitian	15
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	17
B. Populasi dan Sampel	17
C. Definsi Operasional.....	19
D. Instrumen Penelitian.....	20

E. Teknik Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	29
1. Koordinasi Mata-Tangan.....	29
2. Dayatahan Otot Lengan	30
3. Akurasi Servis Atas.....	32
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data	33
C. Pengujian Hipotesis.....	35
D. Pembahasan	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	43
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	47
DOKUMENTASI	62

DAFTAR TABEL

Tabel

Halaman

1. Populasi Penelitian	18
2. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Tangan (X_1).....	29
3. Distribusi Frekuensi Dayatahan Otot Lengan (X_2)	31
4. Distribusi Frekuensi Akurasi Servis Atas (Y).....	32
5. Rangkuman Uji Normalitas Data	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pelaksanaan Servis Atas	8
2. Persiapan Servis Atas	9
3. Gerakan Lanjutan	10
4. Kerangka Konsep	15
5. Dinding Target Tes Koordinasi Mata-Tangan	21
6. Tes <i>Push Up</i>	22
7. Daerah Sasaran Servis dari AAHPERD	24
8. Grafik Histogram Koordinasi Mata-Tangan	30
9. Grafik Histogram Dayatahan Otot Lengan	31
10. Grafik Histogram Akurasi <i>Servis Atas</i>	33
11. Tes Koordinasi Mata-Tangan.....	62
12. Tes <i>Push Up</i>	63
13. Tes Akurasi <i>Servis Atas</i>	64
14. Foto Bersama	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tabulasi Data Koordinasi Mata-Tangan	47
2. Tabulasi Data Dayatahan Otot Lengan	48
3. Tabulasi Data Akurasi <i>Servis</i> Atas	49
4. Data Penelitian Keseluruhan	50
5. Uji Normalitas Koordinasi Mata-Tangan.....	51
6. Uji Normalitas Dayatahan Otot Lengan.....	52
7. Uji Normalitas Akurasi <i>Servis</i> Atas	53
8. Uji Hipotesis.....	54
9. Pengujian Hipotesis 1	55
10. Pengujian Hipotesis 2.....	56
11. Pengujian Indepedensi	57
12. Pengujian Hipotesis 3.....	58
13. Tabel Nilai Kritik L Uji Liliefors.....	59
14. Harga kritik Dari Product Moment	60
15. Luas dibawah Lengkungan Normal Standar dari o ke z	61
16. Dokumentasi Penelitian	62
17. Surat Izin Penelitian	66
18. Surat Balasan Penelitian.....	67

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bolavoli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang setiap regu terdiri atas enam orang pemain yang dibatasi oleh net, setiap regu bertujuan untuk menjatuhkan bola pada daerah lawan melewati net dan menjaga agar bola tidak jatuh didaerah sendiri.

Permainan bolavoli mempunyai bermacam-macam tujuan diantaranya, sebagai media bersosialisasi, peningkatan kualitas kesehatan seseorang, sebagai olahraga pendidikan, dan tak yang kalah pentingnya tujuan permainan bolavoli ini adalah sebagai olahraga prestasi. Hal ini dapat dilihat pada undang-undang RI No 3 tahun 2005 pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi :“Keolahragaan Nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran dan kebugaran jasmani, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat martabat dan kehormatan bangsa.”

Mendapat prestasi yang baik membutuhkan teknik bermain bolavoli yang baik salah satunya adalah servis, tentu untuk dapat melakukan teknik yang baik dipengaruhi oleh banyak faktor yang diantaranya adalah porsi latihan, status gizi, lingkungan tempat tinggal, kebiasaan yang dilakukan atlet atau siswa, sarana dan prasarana, istirahat yang cukup, pengetahuan dan penguasaan atlet tentang teknik dasar bermain bolavoli, dan, kondisi fisik.

Servis merupakan awal dari permainan bolavoli atau pukulan pembukaan untuk memulai suatu pertandingan. Sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini tidak hanya sebagai pembukaan permainan akan tetapi sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapatkan nilai, agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Erianti (2020:104). *Service* adalah suatu upaya memasukkan bola ke daerah lawan oleh pemain belakang yang berada di daerah servis untuk memukul bola yang telah dilambungkan dengan satu tangan.

Bukan sekedar menyajikan bola tetapi hendaknya diartikan sebagai serangan yang pertama kali ke bagi regu yang melakukan servis. Sesuai dengan perkembangan zaman maka peraturan permainan bolavoli juga berkembang, hal ini dapat kita lihat pada peraturan permainan bolavoli yang diterbitkan tahun 2001 khususnya tentang sistem penilaian. Dengan sistem penilaian *rally point*, apabila *server* melakukan kesalahan maka di samping *service* berpindah juga lawan akan mendapat tambahan nilai atau poin.

Karena servis begitu penting, maka pelatih dan guru olahraga harus selalu berusaha memberikan penekanan bahwa servis merupakan serangan yang pertama.

Servis adalah suatu teknik yang penting agar dapat memperoleh poin dan kemenangan dalam permainan bolavoli, karna dengan berhasilnya teknik servis maka dapat dilanjutkan dengan kerja sama tim untuk memperoleh angka atau poin, bahkan apabila servis yang dilakukan tidak dapat diantisipasi dengan baik oleh lawan atau dikembalikan kedaerah kita maka secara otomatis timnya

mendapat satu poin tanpa harus bertahan dari serangan lawan, umumnya dalam pertandingan bolavoli para atlet selalu menggunakan servis atas, karena servis atas dianggap lebih menyerang dan susah untuk diantisipasi dengan kata lain servis atas lebih efisien dari servis bawah dalam pertandingan, keberhasilan servis atas ditentukan oleh kemampuan servis sang atlet itu sendiri karena servis adalah suatu teknik dasar individu yang keberhasilan tidak dapat dibantu oleh rekan atau tidak dipengaruhi oleh kerja sama tim dan dapat digambarkan melalui kecepatan dan ketepatan atau akurasi dari bola yang dipukul saat servis

Berdasarkan observasi penulis, pada beberapa pertandingan terakhir atlet SMPN 3 Rambatan Batusangkar, ternyata akurasi servis atas atlet SMPN 3 Rambatan Batusangkar masih kurang terarah. Hal ini terlihat dari penampilan mereka dalam ber pertandingan, servis atas yang mereka lakukan masih belum terarah dengan baik dan hasilnya bola jatuh di daerah lawan mudah untuk diantisipasi.

Hal ini didukung dengan hasil wawancara saya pada 25 juni 2020 di SMPN 3 Rambatan terhadap Bapak Ses Harizon selaku guru Penjasorkes serta pelatih atlet bola voli SMPN 3 Rambatan mengatakan bahwa “kemampuan servis atas atlet SMPN 3 Rambatan Batusangkar masih kurang bagus ini terlihat saat bertanding hanya sebagian kecil servis atas atletnya yang tepat sasaran dan jatuhnya bola masih banyak pada area yang mudah diantisipasi lawan”

Berdasarkan observasi dan wawancara yang penulis lakukan terhadap pelatih atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan, dapat dikemukakan bahwa akurasi

servis atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar masih kurang baik. Kurangnya akurasi servis atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar, berkemungkinan dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya adalah faktor, kekuatan otot lengan, dayatahan otot lengan, koordinasi mata-tangan, sarana dan prasarana latihan, mental dan porsi latihan servis, serta motivasi altet untuk mencapai prestasi dapat mempengaruhi kemampuan servis, melihat kenyataan di atas. Pada kesempatan ini penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian tentang akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar, dengan suatu harapan kemampuan dan akurasi servis atas dapat ditingkatkan.

Dengan demikian penelitian ini berjudul kontribusi koordinasi mata-tangan dan dayatahan otot lengan terhadap akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa factor masalah sebagai berikut :

1. Kurang atau lemahnya Kekuatan otot lengan
2. Rendahnya tingkatan Dayatahan otot lengan
3. Belum baiknya tingkat Koordinas-mata tangan
4. Kurangnya Porsi latihan latihan servis atas
5. Masih rendahnya Motivasi atlet
6. Belum stabilnya Mental atlet

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar, dan keterbatasan dimiliki penulis, maka penelitian ini meneliti tentang;

1. Kontribusi koordinasi mata-tangan(X_1)
2. Dayatahan otot lengan(X_2)
3. Akurasi servis atas (Y)

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dikemukakan rumusan masalah dalam penelitian ini :

1. Apakah koordinasi mata-tangan memiliki kontribusi terhadap akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar ?
2. Apakah dayatahan otot lengan memiliki kontribusiterhadap akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar ?
3. Apakah koordinasi mata-tangan dan dayatahan otot lengan memiliki kontribusi terhadap akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-tangan terhadap akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar
2. Untuk mengetahui kontribusi dayatahan otot lengan terhadap akurasi servis atas pada atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar

3. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata-tangan dan dayatahan otot lengan terhadap akurasi servis atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
2. Guru penjas selaku pelatih, memberikan gambaran tentang kontribusi koordinasi mata-tangan dan dayatahan otot lengan terhadap akursi servis atas atlet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar
3. Altet bolavoli SMPN 3 Rambatan Batusangkar mendapat pemahaman tentang kemampuan servis
4. Mahasiswa sebagai bahan bacaan dan referensi di perpustakaan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri padang.
5. Peneliti berikutnya untuk meneliti kajian yang sama secara mendalam.