

**PENGARUH DAYA TAHAN AEROBIK, KOORDINASI MATA TANGAN SERTA  
DISIPLIN BELAJAR TERHADAP KETERAMPILAN TEKNIK DASAR  
BOLAVOLI SISWA SMPN 2 LINTAU BUO UTARA  
KABUPATEN TANAH DATAR**

**TESIS**

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister  
Program Studi Pendidikan Olahraga*



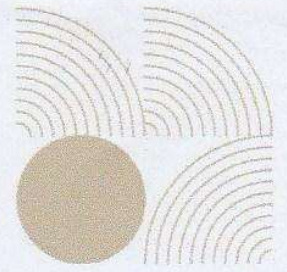
**Oleh :**

**YONA EVASARI**

**NIM: 21199061**

**PROGRAM STUDI S2 PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



Hari ini, betapa lafaz syukur membasahi lisan ku  
kugapai sebuah asa yang lama ku damba,  
terima kasih ya allah atas rahmat dan anugrah-Mu  
setetes air mata telah mensucikan hati dan memberikan pemahanan  
tentang arti dari sebuah perjuangan

**ya robbi....**

**berilah hamba restu-MU, bimbinglah langkah  
hamba Untuk menggapai asa dan semua  
harapan.**

kupersembahkan secercah keberhasilan ini untuk orang paling istimewa dalam hidupku suamiku tercinta ARIF KURNIA PUTRA, S.Pd. Kamu adalah sosok terbaik, yang tidak bisa tetap acuh pada masalah orang-orang yang membutuhkan bantuan. Betapa beruntungnya aku bertemu denganmu di jalan hidupku. terimakasih juga buat anak-anakku, KHAYSAN ALI dan KHENZA SYAKI ARYA yang selalu sabar dan mengerti akan kondisi umi,,,

Untuk Ibu yang selalu membuatku termotivasi  
dan selalu menyirami kasih sayang, selalu mendoakanku  
selalu menasehatiku menjadi lebih baik. Terima kasih Ibu  
atas semua yang telah engkau berikan semoga diberi kesenangan  
dan panjang umur agar dapat menemani  
langkah kecilku menuju kesuksesan

Terimakasih atas dukungan semua,  
terimakasih buat teman-teman kelas sijunjung dan jug bengkulu  
angkatan 2021 yang kompak selalu.  
erimakasih buat teman dan kolega kerja dan juga mejelis guru UPT SDN 36  
Lubuk Jantan, K3S Gugus V dan Kecamatan Lintau Buo Utara

**YONA EVASARI**



## **ABSTRACT**

**YONA EVASARI (2023)** : *Pengaruh Aerobic endurance, hand eye coordination and Learning Discipline towards basic volleyball technique skills of students of SMP Negeri 2 Lintau Buo Utara, Tanah Datar Regency*

*The problem in this study is the low skill of basic volleyball techniques of students of SMP N 2 North Lintau Buo . the purpose of this study was to look at the effect of aerobic endurance, hand eye coordination, and learning discipline on the basic volleyball skills items of students of SMP N 2 North Lintau Buo*

*This type of research is pathway analysis (phat analysis) with variables of aerobic endurance, hand eye coordination and learning discipline. The population of this study was 20 students of class VIII.*

*The results obtained in this study are: 1) There is an influence of aerobic endurance on the basic volleyball skills items of junior high school students N 2 Lintau Buo Utara, as evidenced by the average results of increasing each basic skill item, namely : upper passing skills (1.5), lower passing skills (1.7), upper serve skills (-1.02), and lower serve skills (1.9) ; 2) There is an influence of hand-eye coordination on the basic volleyball technique skills of students of SMP N 2 Lintau Buo Utara, as evidenced by the average result of improving each item of basic skills, namely bag passing skills (2.2), bottom passing skills (2.3), bottom serve skills (-1.47), and upper serve skills (3.2); 3) There is an influence of learning discipline on the basic volleyball skills of students of SMP N 2 Lintau Buo Utara, as evidenced by the results of the calculation value of each basic skill item, namely Upper passing skills (1.94), lower passing skills (1.82), lower serve skills (2.5), and upper serve skills (2.5) are greater than the ttable values (1.73).*

**Keywords:** *aerobic endurance, hand-eye coordination, learning discipline as well as volleyball skills*

## ABSTRAK

**YONA EVASARI (2023)** : Pengaruh Daya Tahan Aerobik, Koordinasi Mata Tangan serta Disiplin Belajar Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SMP Negeri 2 Lintau Buo Utara Kabupaten Tanah Datar

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMP N 2 Lintau Buo Utara. tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh daya tahan *aerobic*, koordinasi mata tangan, serta disiplin belajar terhadap item keterampilan dasar bolavoli siswa SMP N 2 Lintau Buo Utara

Metode penelitian ini adalah analisis jalur (*path analisis*) dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, sehingga siswa yang dijadikan sampel adalah siswa SMP N 2 Lintau Buo Utara sebanyak 20 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan tes keterampilan dasar bolavoli.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah: 1) Terdapat pengaruh daya tahan aerobik terhadap item keterampilan dasar bola voli siswa SMP N 2 Lintau Buo Utara, terbukti dengan hasil rata-rata peningkatan setiap item keterampilan dasar yaitu : keterampilan *passing atas* (1.5), keterampilan *passing bawah* (1.7), keterampilan *servis atas* (-1.02), dan keterampilan *servis bawah* (1.9) ; 2) Terdapat pengaruh koordinasi mata tangan terhadap keterampilan Teknik dasar bola voli siswa SMP N 2 Lintau Buo Utara, terbukti dengan hasil rata-rata peningkatan setiap item keterampilan dasar yaitu: keterampilan *passing atas* (2.2), keterampilan *passing bawah* (2.3), keterampilan *servis bawah* (-1.47), dan keterampilan *servis atas* (3.2) ; 3) Terdapat pengaruh disiplin belajar terhadap keterampilan dasar bola voli siswa SMP N 2 Lintau Buo Utara, terbukti dengan hasil nilai  $t_{hitung}$  setiap item keterampilan dasar yaitu: keterampilan *passing atas* (1.94), keterampilan *passing bawah* (1.82), keterampilan *servis bawah*(2.5), dan keterampilan *servis atas* (2.5) lebih besar dari nilai  $t_{table}$  (1.73).

**Kata kunci:** Daya tahan *aerobic*, koordinasi mata tangan, disiplin belajar serta keterampilan bolavoli

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

---

Mahasiswa : Yona Evasari

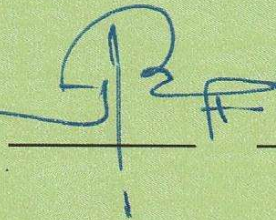
NIM : 21199061

Nama

TandaTangan

Tanggal


Prof.Dr. Kamal Firdaus, M.Kes, AIFO  
NIP. 19591121 198602 1 006  
Pembimbing

 07/03-23

Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,

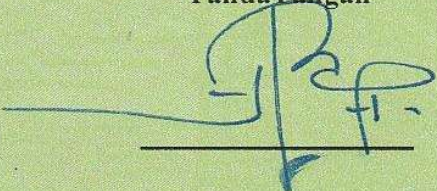
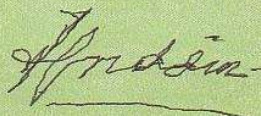
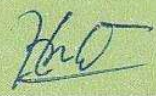
Program Studi Pendidikan Olahraga S2  
Koordinator,

  
Prof. Dr. Alnedral, M.Pd  
NIP. 196004301986021001

  
Dr. Damrah, M.Pd  
NIP. 196106071988031001

PERSETUJUAN KOMISI  
UJIAN TESIS ILMU KEOLAHRAGAAN S2

---

No	Nama	TandaTangan
1.	<u>Prof.Dr.Kamal Firdaus, M.Kes, AIFO</u> (Ketua)	
2.	<u>Prof.Dr. Syafruddin, M.Pd</u> (Anggota)	
3.	<u>Dr.Hastria Efendi, S.Farm, M.Farm,Apt, AIFO</u> (Anggota)	

Mahasiswa:

Mahasiswa : Yona Evasari  
NIM : 21199061  
Tanggal Ujian : 10 Februari 2023

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul **“Pengaruh Daya Tahan Aerobik, Koordinasi Mata-Tangan serta Disiplin Belajar Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Olahraga Bola Voli Siswa SMP Negeri 2Lintau Buo Utara, Kabupaten Tanah Datar”** adalah asli dan belum pernah di ajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Tim Kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2023  
Saya yang menyatakan



**Yona Evasari**  
**NIM. 21199061**

## KATA PENGANTAR



*Alhamdulillah*”*alamin*, segala puji dan rasa syukur kehadirat Allah SWT, Shalawat beserta salam semoga selalu senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat melaksanakan pra penelitian dilapangan yaitu dengan judul **“Pengaruh Daya Tahan Aerobik, Koordinasi Mata Tangan Serta Disiplin Belajar Terhadap Keterampilan Takhnik Dasar Bolavoli Siswa SMP Negeri 2 Lintau Buo Utara”**. Dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada :

1. Prof. Ganefri, M. Pd, Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan kesempatan sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Padang .
2. Prof. Dr. Alnedral, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin peneliti untuk melaksanakan penelitian dalam penyusunan tesis ini.
3. Dr. Damrah, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan dan membantu dalam proses administrasi di Program Studi, serta selaku pembimbing yang telah bersedia memberi dan meluangkan



waktu, pemikiran, arahan serta disiplin belajar untuk kesempurnaan pelaksanaan penelitian.

4. Prof. Dr. Kamal Firdaus, M Kes., AIFO selaku Dosen pembimbing penulis dalam Menyusun naskah tesis ini
5. Seluruh dosen dan petugas tata usaha di lingkungan Program Studi S2 Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Lintau yang telah membantu dan memberi petunjuk diberbagai bidang Metode ilmu yang sangat bermanfaat bagi peneliti.
6. Kepada orang tua yang sangat saya cintai, Ibunda Aisyah yang telah memberikan do'a, semangat serta kasih sayangnya kepada saya.
7. Kepada suami tercinta Arif Kurnia Putra dan anak-anak yang sangat saya sayangi dan cintai yang selalu memberikan disiplin belajar, do'a, semangat dan kasih sayangnya sehingga bisa menyelesaikan tesis ini.
8. Teman-teman Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, khususnya angkatan 2021 kelas Sijunjung, yang selalu memberi dukungan, semangat, dan gagasan dalam melaksanakan penelitian.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan disiplin belajar dan bantuan dalam melaksanakan penelitian ini.
10. Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti, baik berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya.

Peneliti sangat menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritikan dari semua pihak. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, 6 Februari 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN TESIS</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS</b> .....	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	8
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
<b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori.....	11
1. Daya Tahan Aerobik .....	11
2. Koordinasi Mata Tangan.....	18
3. Disiplin Siswa .....	25
4. Keterampilan Olahraga Bolavoli.....	32
B. Penelitian yang Relevan .....	36

C. Proses Belajar Keterampilan Pada Era <i>New Normal</i> .....	38
D. Kerangka Pemikiran .....	39
E. Hipotesis Penelitian.....	43

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	44
B. Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian .....	45
C. Populasi dan Sampel .....	45
1. Populasi.....	45
2. Sampel.....	46
D. Definisi Operasional.....	47
E. Instrumen Penelitian.....	47
F. Teknik Pengumpulan Data.....	63
G. Teknik Analisis Data.....	63
1. Deskripsi Data.....	64
2. Uji Persyaratan Analisis.....	65
3. Uji Hipotesis Penelitian .....	65
H. Hipotesis Statistika.....	66

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	68
1. Deskripsi Data Daya Tahan Aerobic.....	68
2. Deskripsi Koordinasi Mata Tangan.....	70
3. Deskripsi Data Disiplin Belajar Siswa .....	72
B. Uji Persyaratan Hipotesis.....	74

1. Uji Normalitas .....	74
2. Uji Homogenitas.....	75
C. Pengujian Hipotesis.....	75
D. Hasil Penelitian .....	80
E. Pembahasan.....	84
F. Keterbatasan Penelitian.....	90
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	91
B. Implikasi.....	92
C. Saran.....	93
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>95</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>100</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Jumlah Populasi Siswa Kelas VIII. SMPN 1 Lintau Buo Utara.....	45
2. Jumlah Sampel Siswa Kelas VIII SMPN 2 Lintau Buo Utara.....	46
3. Kisi-kisi Instrumen Kedisiplinan Siswa.....	53
4. Norma Klasifikasi Penilaian Angket Penelitian .....	55
5. Penilaian Tes <i>Passing</i> Bawah .....	57
6. Penilaian Tes <i>Passing</i> Atas .....	59
7. Penilaian Tes Servis bawah.....	61
8. Penilaian Tes Servis Atas.....	62
9. Kategori Tingkat Kemampuan Teknik Dasar .....	63
10. Distribusi Frekuensi Daya Tahan Aerobik (XI).....	69
11. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Tangan .....	70
12. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Tangan .....	71
13. Distribusi Frekuensi Disiplin Siswa (X1).....	73
14. Uji Normalitas Pengaruh Belajar Bermain Lempar Tangkap Bola Terhadap Koordinasi Mata Tangan di SMPN 2 Lintau Buo Utara.....	74
15. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian.....	75
16. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis.....	76
17. Rangkuman Hasil Uji Normalitas .....	77
18. Daya tahan aerobik koordinasi mata tangan serta disiplin belajar terhadap keterampilan bolavoli.....	78

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka Konseptual Pengaruh Daya Tahan Aerobik, Koordinasi Mata Tangan Serta Disiplin Belajar terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli .....	42
2. Desain Penelitian .....	44
3. Bentuk Tes Koordinasi Mata Tangan .....	51
4. Pelaksanaan Tes <i>Passing</i> Bawah .....	57
5. Pelaksanaan Tes <i>Passing</i> Atas .....	59
6. Pelaksanaan Tes Servis Bawah .....	61
7. Pelaksanaan Tes Servis Atas .....	62
8. Grafik Histrogram Daya Tahan Aerobik .....	69
9. Histogram Koordinasi Mata Tangan .....	71
10. Histogram Koordinasi Mata Tangan .....	72
11. Grafik Histrogram Disiplin Siswa .....	74
12. Sub Struktur 1 .....	79
13. Sub Struktur 2 .....	79
14. Struktur Keseluruhan Analisis Jalur .....	82

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Lembaran Angket.....	100
2. Hasil Tes Keterampilan Putra .....	104
3. Hasil Tes Keterampilan Putri.....	107
4. Uji Homogenitas (Uji f).....	110
5. Uji Normalitas (Uji Liliefors).....	113
6. Instrumen Tes Daya Tahan Aerobik .....	118
7. Instrumen Koordinasi Mata Tangan .....	124
8. Instrumen Tes Keterampilan Bolavoli .....	126
9. Dokumentasi Penelitian .....	134
10. Surat Izin Penelitian .....	146
11. Surat Balasan Penelitian .....	147



# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pandemi covid-19 adalah virus yang penyebarannya keseluruh negara termasuk Indonesia, di era pandemi menjadikan pola hidup dan perilaku masyarakat sangat berubah dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari maupun dalam kegiatan berolahraga tidak terkecuali dalam aktivitas olahraga bolavoli, dimana bolavoli merupakan salah satu dari banyak olahraga yang populer, dimulai dengan anak-anak dan remaja, dan bahkan para lansia menyukai olahraga ini. Dewasa ini banyak klub voli yang telah lama terbentuk di setiap kota dan kabupaten yang memiliki tujuan untuk mencari bakat-bakat baru untuk memperoleh prestasi ditingkat Nasional maupun Internasional. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 mengenai Sistem Keolahragaan Nasional pada pasal 23 ayat 1 dan 2 yang menyatakan:

“1) Masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik dilaksanakan atas dorongan pemerintah dan/ atau pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri. 2) Pembinaan dan pengembangan olahraga oleh masyarakat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat setempat.” (Presiden Republik Indonesia, 2005).

Berdasarkan UU ini, dapat dikatakan pembinaan serta pengembangan olahraga dapat dilakukan dalam masyarakat, baik atas kesadaran maupun atas dorongan pemerintah. Salah satu cabang olahraga yang terus dibina dan dikembangkan adalah cabang olahraga bolavoli ini.

Dalam melakukan gerak dasar dalam permainan bolavoli ditemukan masih banyak siswa yang belum mampu melakukan teknik dasar bolavoli ini dengan benar terkhusus saat melakukan gerakan passing bawah. Dimana saat melakukan passing bawah tersebut mereka masih sering melakukan dengan membengkokkan tangan karena sikut ditekuk dimana ini merupakan kesalahan saat sikap yaitu sikap tubuh tegak dengan sikap kaki dirapatkan atau mengangkang terlalu lebar sehingga sikap posisi kaki tidak kuda-kuda (depan belakang). Penguasaan kemampuan gerak dasar *passing* bawah bolavoli yang belum baik akan berpengaruh pada hasil pertandingan. Passing bawah merupakan langkah penyusunan serangan, jika dilakukan dengan benar akan mempermudah untuk memberikan variasi serangan yang mantap kepada pihak lawan, jika satu tim kita sudah melakukan passing bawah dengan baik dan lebih hidup. Menurut Nuril Ahmadi (2007:20), dalam bermain bolavoli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dimana semua teknik dasar tersebut terdiri dari servis, passing bawah, passing atas, blok dan juga smes.

Teknik dasar bukan hanya satu satunya yang harus dikuasai para pemain bolavoli. Namun, ada unsur lain yang juga tergolong penting yakni, daya tahan, kelenturan, kekuatan, kecepatan, keseimbangan yang juga memberikan sumbangan yang besar terhadap para pemain bolavoli ini. Koordinasi merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh, seseorang dikatakan mempunyai koordinasi baik bila mampu bergerak dengan mudah, dan lancar dalam rangkaian gerakan, iramanya terkontrol dengan baik, serta mampu melakukan gerakan yang efisien. Kemampuan *passing* bawah didukung oleh koordinasi gerak seluruh tubuh

yang berakhir dalam bentuk gerak ayunan yang didukung oleh kekuatan otot lengan dan pergelangan tangan. Koordinasi mata dan tangan yang baik juga menguntungkan untuk dapat mengarahkan pukulan bola dengan arah bola yang diinginkan dalam melakukan sebagai serangan bola pada daerah lawan yang kosong jadi lawan akan sulit menjangkau bola. Jadi kemampuan seorang pemain bolavoli untuk memadukan unsur koordinasi mata-tangan dan kekuatan otot lengan saat melakukan *passing* bawah akan berpengaruh terhadap baik buruknya ayunan yang dihasilkan.

Siswa yang dikatakan berprestasi yaitu siswa yang mempunyai keterampilan teknik dasar yang baik, sehingga mampu memperagakan permainan yang menarik dan mendapatkan prestasi yang baik pula karena keterampilan dasar olahraga merupakan modal utama dalam mengikuti suatu *event* yang berhubungan dengan prestasi (Sudarwati;2007:56). Oleh karena itu, bila seseorang siswa tidak mempunyai keahlian yang bagus, maka kerap kali siswa itu melaksanakan kesalahan dalam permainannya.

Untuk memperoleh keterampilan dalam olahraga, pada era *new normal* ini tidaklah mudah karena harus didukung dengan beberapa faktor seperti salah satunya yang penting yaitu disiplin ketika melaksanakan belajar. Disiplin ini sebagai penentu terlaksana atau tidaknya proses belajar. Dalam hal ini dapat dilihat dari pendapat Amri (2013), yang mengatakan disiplin belajar sebagai faktor batin dan berperan buat memunculkan, melandasi serta memusatkan aksi belajar. Seorang yang mempunyai disiplin belajar yang tinggi ketika belajar, akan giat dan berusaha, gigih, dan tidak mau menyerah, serta semangat untuk meningkatkan

prestasi yang lebih baik. Dalam melaksanakan aktivitas belajar ini, tidak hanya disiplin belajar yang harus ada pada diri siswa tetapi faktor disiplin juga diperlukan untuk meningkatkan keterampilan dan prestasinya secara optimal.

Di samping daya tahan aerobik, koordinasi mata tangan akan berpengaruh terhadap teknik dasar bolavoli. Seorang guru wajib sanggup membagikan materi belajar yang diperlukan siswa sehingga siswa bergairah dalam mengikuti belajar serta mampu memiliki keterampilan yang baik dan mencapai prestasi yang lebih baik. Karena program yang salah maka akan berdampak kepada prestasi seorang siswa dan begitu juga sebaliknya.

Sarana dan prasana juga merupakan salah satu penentu berhasil atau tidaknya seorang siswa dalam mencapai prestasi yang baik pada *event* yang diikuti. Jika menggunakan sarana dan prasarana yang sudah lengkap dan memadai, maka siswa akan giat dan bersemangat dalam mengikuti belajar olahraga bolavoli, sekaligus prestasi yang diharapkan dapat dicapai dengan baik.

Untuk mencapai tingkat prestasi yang baik, yang tidak kalah pentingnya adalah disiplin siswa. Disiplin belajar merupakan hal yang penting diterapkan dalam proses belajar untuk mencapai prestasi. Karena disiplin sangat menentukan berjalan atau tidaknya seorang siswa dalam melakukan pembelajaran, sehingga disiplin yang kurang akan berdampak kepada prestasi seorang siswa. Hal ini diperkuat oleh Sin (2017; 55), yaitu :

“Disiplin dalam bidang belajar harus dimiliki oleh setiap siswa yang bertujuan untuk mencapai prestasi maksimal, dan disiplin tersebut dapat ditingkatkan menjadi disiplin diri. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa seorang siswa yang memiliki tingkat disiplin diri yang tinggi, maka belajar yang dilakukan akan memperoleh hasil yang

maksimal, sekaligus siswa akan dapat meraih sebuah prestasi dalam bidang olahraga yang digelutinya”

Adapun permasalahan yang biasa dilakukan oleh siswa pada saat melakukan permainan bolavoli yaitu masih ada beberapa siswa yang memiliki *passing* bawah kurang baik dan sebagian siswa lain dapat melakukan *passing* bawah dengan baik. Kemampuan koordinasi siswa peserta didik pada kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMPN 2 Lintau juga masih kurang. Ini terlihat pada saat siswa melakukan gerakan *passing* bawah saat melakukan permainan.

SMPN 2 Lintau Buo Utara merupakan salah satu SMP yang ada di Kecamatan Lintau Buo Utara. Di samping berbagai pendidikan yang diajarkan, pendidikan olahraga bolavoli adalah salah satu cabang olahraga yang diajarkan. Kegiatan olah raga bolavoli ini, diajarkan mulai kelas 7 sampai dengan kelas 9, baik teori maupun praktek. Berdasarkan wawancara dengan guru olahraga bapak Arif Kurnia,S.Pd. Mengatakan bahwa pelajaran olahraga bolavoli merupakan salah satu pelajaran yang sangat diminati oleh siswa, baik pelajar putri maupun putra.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMPN 2 Lintau Buo Utara, khususnya pada Kelas VIII, ditemukan bahwa tingkat keterampilan dasar siswa dalam olahraga bolavoli tergolong masih standar dan rendah. Dalam pengamatan penulis masih ditemukan teknik-teknik dasar bolavoli yang belum dikuasai secara maksimal. Guru olahraga bapak Arif Kurnia mengatakan bahwa karena keterbatasan jam mengajar dan praktek olahraga serta bukan hanya olahraga bolavoli ini saja yang diajarkan, dan faktor penunjang tidak maksimal sehingga pembelajaran bolavoli kurang maksimal di berikan. Dari 158 siswa kelas VIII,

belum semuanya dapat menguasai teknik dasar permainan bolavoli, dilihat dari nilai rata-rata KKM siswa, dimana sebagian dari mereka berada dibawah KKM, dari 158 siswa kelas VIII ini masih ada sekitaran 13% siswa yang berada di bawah KKM. Selain itu berdasarkan observasi saat kegiatan ekstra kurikuler ada 15 siswa masih terlihat banyak melakukan kesalahan-kesalahan saat melakukan pasing bawah dan juga servis, dimana perkenaan bola masih melenceng dan tidak pada semestinya.

Selanjutnya pembelajaran yang diberikan, baik teori maupun praktek seperti daya tahan aerobik, koordinasi mata tangan, kedisiplinan dan kondisi keterampilan siswa sebelum melakukan praktek permainan bolavoli (Wawancara bapak Arif Kurnia, tanggal 8 Januari 2022), dimana beliau mengutarakan belum maksimal memberikan materi bolavoli ini kepada siswa. Hal ini karena materi yang terlalu luas dan banyak, seperti bola besar, bola kecil, kebugaran, kesehatan dan juga materi yang lain. Maka dari itu materi bolavoli tidak terlalu maksimal diberikan karena waktu jam pembelajaran hanya 2 x 40 menit.

Berdasarkan uraian dan pengamatan inilah penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 2 Lintau Buo Utara dengan fokus penelitian yakni **“Pengaruh Daya Tahan Aerobik, Koordinasi Mata Tangan serta Disiplin Belajar Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara Kabupaten Tanah Datar.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini yakni :

1. Belum diketahuinya pengaruh daya tahan aerobik terhadap teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar.
2. Belum diketahuinya pengaruh koordinasi mata tangan terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar.
3. Belum diketahuinya pengaruh disiplin belajar siswa terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar.
4. Belum diketahuinya pangaruh daya tahan aerobik melalui disiplin belajar terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar.
5. Belum dikatahuinya pangaruh koordinasi mata tangan melalui disiplin belajar terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar.
6. Belum diketahuinya pengaruh daya tahan aerobik, koordinasi mata tangan melalui disiplin belajar terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar.

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi permasalahan di atas, maka dapat dibatasi permasalahan yang akan diteliti yakni :

1. Apa pengaruh daya tahan aerobik terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?
2. Apa pengaruh koordinasi mata tangan terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?
3. Apa pengaruh disiplin belajar terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?
4. Apa pengaruh daya tahan aerobik, koordinasi mata tanagan serta disiplin belajar terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?

### **D. Perumusan Masalah**

Dari pembatasan masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan yaitu Bagaimana pengaruh daya tahan aerobik, koordinasi mata tangan serta disiplin belajar terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak diketahui dan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Bagaimana pengaruh daya tahan aerobik terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?



2. Bagaimaima Pengaruh koordinasi mata tangan terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?
3. Bagaimana Pengaruh disiplin belajar terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?
4. Bagaimana pengaruh daya tahan aerobik melalui koordinasi mata tangan terhadap keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?
5. Bagaimana Pengaruh koordinasi mata tangan melalui disiplin belajar terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMPN 2 Lintau Buo Utara kabupaten Tanah Datar?

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Penambahan pengetahuan dan pengalaman bagi mahasiswa dalam penulisan tesis tentang daya tahan aerobik, koordinasi mata tangan serta disiplin belajar berpengaruh terhadap keterampilan teknik dasar cabang olahraga bolavoli lintau.
2. Sebagai bahan pengembangan dan penerapan ilmu olahraga dan juga sebagai bahan perbandingan literatur bagi peneliti dimasa mendatang bagi Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
3. Sebagai salah satu kewajiban bagi peneliti dalam menerapkan Tri Dharma Perguruan Tinggi persyaratan dalam memperoleh gelar Magister Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

4. Sebagai bahan pertimbangan atau masukan bagi guru dan dosen voli untuk meningkatkan prestasi siswa dalam materi bolavoli.
5. Sebagai bahan masukan bagi siswa dan guru dalam meningkatkan prestasi olahraga di daerah masing-masing.