

**HUBUNGAN DAYA TAHAN KEKUATAN LOMPATAN DENGAN
KEMAMPUAN SMASH BOLAVOLI ATLET PUTRA REMAJA KLUB
PASIR SEPAKAT PARIAMAN (RKPS)**

Skripsi

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



Oleh:

**AYU PRATIWI
2007/89566**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Daya Tahan Kekuatan Lompatan Dengan Kemampuan *Smash* Bolavoli Atlet Putra Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS).
Nama : Ayu Pratiwi
NIM/ BP : 89566/ 2007
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

Disetujui oleh:

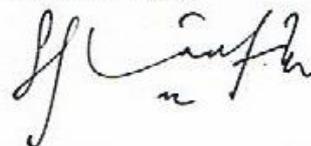
Pembimbing 1



Drs. Hermanzoni, M.Pd

NIP. 19610414 198603 1007

Pembimbing 2



Dra. Syoufini M.Puar

NIP. 130337517

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga



Drs. Maidahtman, M.Pd

NIP. 19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

HUBUNGAN DAYA TAHAN KEKUATAN LOMPATAN DENGAN KEMAMPUAN SMASH BOLAVOLI ATLET PUTERA REMAJA KLUB PASIR SEPAKAT PARIAMAN(RKPS)

Nama : Ayu Pratiwi
BP/NIM : 2007/89566
Jurusan : Keperawatan Olahraga
Program Studi : Pendidikan Keperawatan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

Tim Penguji :

Ketua : Drs. Hermanzoni, M.Pd
Sekretaris : Dra Syoufini M,Puar
Anggota : Drs. Maidarman, M.Pd
: Drs.Hendri Irawadi M,Pd
: Drs.H. Witarasyah

The image shows four handwritten signatures in black ink, arranged vertically on the right side of the page. The signatures are cursive and correspond to the names listed in the 'Tim Penguji' section on the left.

دَائِمًا رَوْحًا

Ketahui ah ...

"Bahwa pertolongan itu ada bersama dengan kesabaran, dan jalan keluar itu selalu beriringan dengan cobaan" (Q.S. Al-A'raf:56)

"Dan barang siapa yang menyerahkan dirinya kepada Allah, sedang dia orang yang berbuat kebaikan, maka sesungguhnya ia telah berpegang kepada buhul tali yang kokoh. Dan hanya kepada Allah-lah kesudahan segala urusan" (Q.S. Luqman:22)

YA ALLAH Hari ini...

Dengan sujud syukur kepada-Mu kupersembahkan karya kecilku ini

Terutama Buat...

"ibu-ku (nurhayati)" dan "Papa-ku (marjohan m)" tercinta....

"Hanya dengan ridho, do'a serta pengorbanan Papa ibu, aku dapat melakukan segalanya"

"Belajar tentang hidup, memaknai hidup, dan menghargai hidup"

Pa Bu...Ayu janji akan menjadi anak yang kan selalu membuat Papa Ibu tersenyum bangga!!! Ayu bangga mempunyai orang tua yang begitu ikhlas mengorbankan semua yang Papa Ibu punya....terimakasih Pa Bu!!

Buat...

Keluarga ku yang tersayang,

"B'g Budi, B'g Ade, Chinie, Ka' Lina & Teti serta tiga jagoan cilik ku Divo, Revan & Nugri"

"Makasih sanget atas semua doa dan supportnya...(akhirnya Ayu wisuda k')!! kalian adalah kakak² terbaik yang Ayu miliki!! Tetap jaga kekompakkan kita dalam menjaga keluarga ya ka',..."

Buat ramon kekasih hati-ku tercinta...

"Terimakasih banyak ya Uda. Uda begitu indah di hati Uni kasih tulus Uda setia menemani hari² Uni yang begitu letih, canda tawa Uda hadirkan keceriaan di jiwa yang mulai terasa payah. Uda adalah anugerah terindah yang kini Uni miliki. banyak hal² yang Uni petik dari kebersamaan kita Uda, semoga kita kan te²p bersama untuk selamanya. Amin!!"

Buat teman" Tanpa Terkecuali

"Ranie' (makasih editannya), k' darma (makasih bantuannya), k' yance, Adit, Pijai, Nopi, Mitha, Nana, Sari, Intan, Kawar² Yang da' bisa disebutkan satu-persatu (Makasih banyak atas bantuan & dukungan kalian stama ni)" "Tetap Jaga Terus Tali Silaturahmi Kita"

Yang Terakhir

Tak Lupa Kepada Semua Sahabat Seperjuangan Mahasiswa Jurusan Keperawatan

yang selalu memberikan dorongan moral yang tidak Bisa disebutkan satu-persatu. Solid To Get the Future On

ABSTRAK

Ayu Pratiwi (2011). Hubungan Daya Tahan Kekuatan Lompatan Dengan Kemampuan Smash Bolavoli atlet Putra Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya tahan kekuatan lompatan dengan kemampuan *smash* bolavoli atlet putera Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS). Jenis penelitian ini adalah penelitian *korelasional*. Variabel dalam penelitian ini adalah daya tahan kekuatan lompatan sebagai variabel bebas (X) dan kemampuan *smash* sebagai variabel terikat (Y).

Populasi penelitian ini adalah atlet bolavoli Putra Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS) yang berjumlah 18 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara daya tahan kekuatan lompatan dengan kemampuan *smash* bolavoli atlet Putra Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS).

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tes *back kick* untuk mengukur daya tahan kekuatan lompatan serta tes diagonal dan frontal untuk mengukur kemampuan *smash*. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment*.

Dari hasil analisis data diperoleh $r_{hitung} 0,942 > r_{tabel} 0,468$, artinya daya tahan kekuatan lompatan mempunyai hubungan dengan kemampuan *smash* bolavoli atlet Putra Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS) dan diperoleh tingkat keberatian korelasi $t_{hit} = 11,02 > t_{tab} = 1,746$.

Kata kunci: Daya tahan kekuatan lompatan, kemampuan smash bolavoli.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbilalamin, segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan jenjang pendidikan di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP). Skripsi ini diberi judul: **“Hubungan Daya Tahan Kekuatan Lompatan Dengan Kemampuan Smash Bolavoli Atlet putra Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS)”**.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kepelatihan Keolahragaan.
3. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibuk Dra. Syoufini M. Puar selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, perbaikan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Hendri Irawadi, M.Pd, Bapak Drs.Maidarman, M.Pd dan Bapak Drs. Witarsyah selaku penguji yang telah membantu dan memberikan masukan dan saran kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak/Ibu Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Rekan-rekan mahasiswa, terutama angkatan 2007 Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Kepada kedua orang tua dan semua keluarga peneliti yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Amin yaa rabbal alamin.

Padang, Januari 2012
Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	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	9
C. Pembatasan Masalah	10
D. Perumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II. KERANGKA TEORI	
A. Kajian Teori	12
1. Hakekat Permainan Bolavoli.....	12
2. Hakikat Kemampuan <i>Smash</i> Bolavoli	16
3. Kondisi Fisik.....	24
4. Hakikat Daya Tahan Kekuatan Lompatan	28

B. Kerangka Konseptual	35
C. Hipotesis Penelitian	36
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	37
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	37
C. Populasi dan Sampel	38
D. Jenis dan Sumber Data	38
E. Defenisi Operasional	39
F. Instrumen Penelitian	40
G. Teknik dan Alat pengumpulan data	41
H. Prosedur Penelitian	44
I. Teknik Analisis Data	45
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	47
B. Analisis Data	49
C. Pembahasan	52
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Distribusi frekuensi daya tahan kekuatan lompatan	43
Tabel 2 : Distribusi frekuensi kemampuan <i>smash</i> bolavoli ..	44
Tabel 3 : Rangkuman uji normalitas data daya tahan kekuatan lompatan dan Kemampuan <i>smash</i> bolavoli.....	46
Tabel 4 : Analisis korelasi antara daya tahan kekuatan lompatan dengan Kemampuan <i>smash</i> bolavoli	47
Tabel 5 : Uji Korelasi antara <i>product moment</i> dan pengujian signifikansi r Pearson (distribusi t).....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan Permainan Bolavoli	13
Gambar 2. Bentuk Pelaksanaan <i>smash</i>	21
Gambar 3. Otot sisi anterior paha (kanan).....	27
Gambar 4. Otot tungkai atas dilihat dari depan.....	27
Gambar 5. Otot tepi sebelah belakang paha (kanan)	28
Gambar 6. Otot tungkai atas dilihat dari belakang	28
Gambar 7. Otot tepi sebelah belakang tungkai bawah (kanan).....	29
Gambar 8. Otot tungkai bawah dilihat dari belakang.....	30
Gambar 9. Otot aibra atau sisi extensor dari tungkai bawah (kanan).....	30
Gambar 10. Konstelasi hubungan antara daya tahan kekuatan lompatan dengan kemampuan <i>smash</i> bolavoli.....	32
Gambar 11. Pelaksanaan tes <i>back kick</i>	38
Gambar 12. Tes Kemampuan <i>smash diagonal</i> dan <i>frontal</i>	39
Gambar 13. Histogram daya tahan kekuatan lompatan.....	44
Gambar 14. Histogram kemampuan <i>smash</i> bolavoli.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Data pengukuran Daya Tahan Kekuatan Lompatan dengan Kemampuan <i>smash</i> BolaVoli Atlet Putera Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS).....	59
Lampiran 2.	Tabel Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Daya Tahan Kekuatan Lompatan dengan Uji Liliefors.....	60
Lampiran 3.	Tabel Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Kemampuan <i>Smash</i> dengan Uji Liliefors.....	61
Lampiran 4.	Tabel Analisis Korelasi Sederhana antara Daya Tahan Kekuatan Lompatan dengan Kemampuan <i>Smash</i>	62
Lampiran 5.	Kriteria Penilaian Tingkat Hubungan (Signifikansi).....	63
Lampiran 6.	Surat Keterangan Pemeriksaan Alat UPTD Balai Pengawasan Mutu Barang... ..	64
Lampiran 7.	Surat Izin Pelaksanaan Penelitian dari FIK UNP.....	65
Lampiran 8.	Surat Keterangan Penelitian dari Pengurus Bolavoli Remaja Klub Pasir Sepakat Pariaman (RKPS).....	66

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan olahraga sangat penting bagi setiap orang, karena olahraga dapat dimanfaatkan sebagai aktivitas untuk memperoleh kesegaran jasmani, kesehatan, sebagai sarana rekreasi, membina persatuan, serta dapat mengharumkan nama baik daerah. Adapun tujuan olahraga adalah untuk membentuk manusia Indonesia yang pancasila, mempunyai fisik yang kuat dan sehat, berprestasi tinggi, memiliki kemampuan mental dan keterampilan kerja yang kritis, kreatif dan sejahtera. Demikian juga halnya dengan undang-undang sistem keolahragaan nasional No 3 tahun 2005 pasal 4 tentang dasar, fungsi dan tujuan olahraga, yaitu:

"keolahragaan bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan ahlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa".

Diantara sekian banyak cabang olahraga yang dikembangkan saat ini, salah satu yang mendapat perhatian dan pembinaan adalah olahraga bolavoli. Perkembangan bolavoli di Indonesia sudah sangat memasyarakat, bahkan sekarang ini mulai bergulir Liga Pro Bolavoli, artinya para pemain bolavoli tersebut sudah dibayar secara profesional oleh klub yang merekrutnya, dengan kata lain pemain bolavoli dapat dijadikan sebagai ajang mencari nafkah. Hal ini dapat memacu para Pembina, pelatih untuk meningkatkan kemampuan bermain bolavoli para atletnya atau para pemainnya agar menjadi profesional.

Oleh sebab itu perlu memikirkan pendekatan secara ilmiah dalam memilih bahan-bahan latihan, metode melatih serta faktor-faktor lain yang bisa mendukung tercapainya prestasi yang sebaik-baiknya.

Menurut Syafruddin (2004 : 11) menyatakan bahwa : “Olahraga bolavoli merupakan olahraga permainan yang membutuhkan latihan-latihan yang terarah dan sistematis seperti faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan psikis. Kerjasama ke empat faktor ini menentukan prestasi atau kemampuan dalam pertandingan terutama faktor kondisi fisik”.

Hal ini terlihat pada postur tubuh para atlet, dimana dalam cabang olahraga bolavoli postur tubuh merupakan hal menentukan, selain teknik permainan yang harus dimiliki atlet. Postur tubuh yang ideal untuk atlet bolavoli ditetapkan sebagai isyarat minimal untuk putera 175 cm dan puteri 165 cm Laporan Kerja Pemimpin Pusat PBVSI, 1984: 25). Selanjutnya Syafruddin (1999: 32) mengemukakan bahwa : “Kemampuan prestasi olahraga manusia ditentukan oleh tingkat penguasaan kemampuan dasar motorik, yaitu daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelenturan dan keseimbangan”.

Sesuai dengan pendapat diatas, maka peneliti beranggapan bahwa kondisi fisik merupakan unsur penting dalam olahraga permainan bolavoli, terutama daya tahan kekuatan. Permainan bolavoli menggunakan empat teknik dasar didalamnya yaitu; *service, passing, block dan smash*, yang harus dimiliki oleh seorang atlet. Permainan bolavoli menggunakan sistem *relly point* dan merupakan salah satu cabang olahraga yang tidak langsung kontak

badan, sebab dibatasi oleh jarring atau *net* yang secara langsung menjadi tantangan bagi pemain untuk melewatkan bola ke daerah lawan tanpa menyentuh jarring atau *net*. Berdasarkan ide permainan bolavoli yaitu mengembalikan dan mematikan bola ke daerah lawan guna memperoleh poin (skor), maka dalam hal ini sangat dibutuhkan kemampuan *smash*. Dari ide permainan bolavoli diatas dapat dikemukakan bahwa dalam permainan bolavoli sangat membutuhkan waktu yang cukup lama. Artinya, pemain dapat melakukan pukulan *smash* sebanyak mungkin sesuai dengan situasi dan kondisi yang mendukung pelaksanaan *smash* pada waktu permainan berlangsung.

Kemampuan *smash* sangat dibutuhkan setiap saat dan berulang kali untuk mencapai poin penuh atau perolehan angka demi angka. Oleh sebab itu dalam melakukan *smash* untuk berulang-ulang kali sangat dibutuhkan daya tahan pemain khususnya daya tahan kekuatan. Dalam hal ini, daya tahan kekuatan berperan dalam melakukan lompatan yang tinggi. Apabila lompatan sudah tinggi, hal ini memudahkan untuk melakukan kemampuan *smash*. Artinya untuk melakukan kemampuan *smash* bolavoli secara berulang-ulang sangat dibutuhkan daya tahan kekuatan lompatan yang bagus.

Klub bolavoli Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman merupakan salah satu klub yang melakukan pembinaan olahraga bolavoli melalui sebuah kegiatan latihan diharapkan bisa melahirkan pemain-pemain muda yang berkualitas sehingga diharapnantinya mampu membawa nama baik klub. Dalam mencapai sebuah prestasi yang diinginkan selama pembinaan

tentu tidak terlepas dari latihan-latihan yang dilakukan secara terarah dan terpadu yang dilakukan secara terus-menerus sehingga pemain atau atlet dapat memiliki keterampilan bermain bolavoli dengan baik. Adapun dalam pembinaan dalam meraih sebuah prestasi bermain bolavoli tidak terlepas dari pengaruh kondisi fisik, mental, taktik dan teknik. Dalam permainan bolavoli, teknik merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk mencapai suatu prestasi karena sesuai dengan pengertiannya teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Dengan demikian teknik dalam permainan dalam bolavoli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku dalam mencapai suatu kemenangan.

Dalam permainan bolavoli terdapat beberapa elemen teknik yang harus diperhatikan seperti : *passing*, *umpan*, *servis*, *smash* dan *block*. Dari sekian banyak teknik yang ada dalam permainan bolavoli, teknik-teknik *smash* merupakan suatu teknik yang dominan dalam mengumpulkan angka. Untuk menghasilkan *smash* yang kuat dan akurat, tentu tidak terlepas dari kekuatan yang diberikan oleh otot tungkai dan otot lengan sehingga nantinya diharapkan dengan *smash* yang kuat dan akurat bisa menghasilkan angka dengan matinya bola dipihak lawan. Karena *smash* salah satu serangan untuk mematikan bola dipihak lawan, atau supaya lawan tidak dapat menahan bola dengan baik. Untuk melakukan penyerangan tentu *smash* memiliki kedudukan yang sangat penting dalam menentukan sebuah kemenangan. Oleh sebab itu para pelatih bolavoli selalu berusaha untuk menciptakan bentuk-bentuk teknik

smash yang dapat menyulitkan lawan untuk mendapatkan angka agar memperoleh kemenangan dalam suatu permainan atau pertandingan.

Bertitik tolak dari pentingnya peranan *smash*, maka diciptakan bermacam-macam *smash*. *Smash* merupakan pukulan keras yang dapat mematikan serangan lawan dan merupakan pukulan yang sangat menguntungkan bagi pemain yang memiliki kondisi fisik yang bagus terutama daya tahan kekuatan lompatan dari tungkai kaki. Dalam melakukan *smash* diperlukan raihan dan kemampuan melompat yang tinggi dibelakang jaringan (net) agar keberhasilan dapat dicapai dengan gemilang. *Smash* sangat memerlukan teknik memukul yang baik, sehingga nantinya pada saat bermain atau bertanding bisa jadi serangan untuk mematikan bola dipihak lawan. *Smash* yang baik adalah *smash* yang langsung menghasilkan angka atau tidak dapat ditangkis lawan.

Untuk menghasilkan teknik *smash* yang cepat dan keras tentu tidak terlepas dari beberapa faktor yaitu daya ledak otot tungkai, keseimbangan, kelenturan, daya ledak otot lengan, koordinasi mata tangan, bola umpan dan posisi tubuh di udara saat melakukan *smash*. Daya ledak otot tungkai merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang penting dalam segala kegiatan olahraga terutama dalam melakukan *smash* pada permainan bolavoli. “Daya ledak merupakan kombinasi antara kekuatan dengan kecepatan untuk mengatasi beban dengan kecepatan kontraksi otot yang tinggi”(Bompa dalam Syahara, 2004). Daya ledak mempunyai peranan penting, artinya dalam permainan bolavoli elemen kondisi ini merupakan komponen yang

menentukan dalam melakukan gerakan *smash*. Tanpa daya ledak otot tungkai yang bagus maka bisa dikatakan *smash* yang dilakukan belum akan mencapai tujuan yang maksimal.

Daya ledak otot tungkai berperan dalam pencapaian raihan tertinggi seorang atlet dalam melompat agar dapat mengarahkan bola pada saat melakukan *smash*, semakin baik daya ledak otot tungkai maka akan semakin tinggi lompatan. Syafruddin (2004 : 22) mengatakan bahwa : "Daya ledak adalah dasar-dasar yang menentukan untuk suatu permainan bolavoli yang dinamis. Komponen ini akan menentukan kemampuan lompat dan pukulan pemain". Realisasi teknik pada *smash* sangat didukung oleh kemampuan daya ledak otot tungkai. Daya ledak otot tungkai yang baik akan menghasilkan lompatan yang tinggi sehingga dapat memberikan kemudahan seorang *smasher* dalam memilih arah dan tujuan *smash*. Artinya daya ledak otot tungkai merupakan komponen yang sangat menentukan keberhasilan dalam melakukan *smash*.

Selain itu daya ledak otot lengan juga memiliki peran penting dalam pelaksanaan *smash*. Daya ledak otot lengan memungkinkan seorang atlet untuk melakukan pukulan ke arah bola dengan cepat dan kuat. Syafruddin (1999 : 37) mengatakan bahwa : "Daya ledak terutama dibutuhkan dalam cabang olahraga yang menuntut ledakan (eksplosif) tubuh, seperti cabang lempar, lompat dan tolak dalam atletik, lompat dan *smash* dalam bolavoli". Kecepatan dan kekuatan yang dihasilkan oleh daya ledak otot lengan tentunya juga akan berpengaruh terhadap kecepatan bola setelah *dismash*. Artinya

semakin baik daya ledak otot lengan maka akan semakin kuat *smash* yang dihasilkan. Hal ini tentunya sangat mendukung dalam tercapainya fungsi *smash* sebagai serangan utama dalam permainan bolavoli.

Faktor pendukung lainnya yang juga sangat menentukan keberhasilan *smash* adalah bola umpan. (Yunus 1992:101) mengemukakan bahwa : “Umpan adalah menyajikan bola kepada teman dalam satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat disarangkan ke daerah lawan dalam bentuk *smash*”. Dari kutipan di atas terlihat betapa pentingnya umpan dalam pelaksanaan *smash*. Seorang *smasher* akan lebih mudah melakukan *smash* bila pengumpan dapat menyajikan bola umpan dengan baik.

Posisi tubuh di udara juga merupakan faktor pendukung dalam pelaksanaan *smash*. Menurut (Suharno 1982:34) bahwa : “Setelah *smasher* di udara dan lengan sudah terangkat ke atas dilanjutkan gerakan memukul bola dan hasil pukulannya akan lebih sempurna apabila *smasher* menggunakan lecutan tangan, lengan dan membungkukkan badan merupakan kesatuan gerak yang harmonis”. Dari kutipan di atas terlihat bahwa perpaduan antara lecutan tangan dan membungkukkan badan di udara pada saat melakukan *smash* akan menentukan hasil pukulan yang dilakukan *smasher*.

Proses pelaksanaan *smash* juga didukung oleh koordinasi mata-tangan yang tak kalah penting dari faktor lainnya. Sebelum melakukan *smash* terlebih dahulu seorang *smasher* harus memperhatikan daerah sasaran yang akan menjadi tujuan *smash*nya. Setelah mengetahui daerah yang akan dituju barulah *smasher* melakukan *smash*. Koordinasi mata-tangan sangat

menentukan keefektifan suatu serangan dalam permainan bolavoli. Dengan adanya koordinasi mata-tangan seorang *smasher* bisa memilih daerah tujuan *smash* yang membuat lawan kesulitan untuk mengembalikan bola sehingga bisa menghasilkan *point*.

Selain faktor di atas ada faktor lain yang juga menentukan keberhasilan suatu *smash* yaitu kelenturan. Dalam pelaksanaan *smash* kelenturan sangat dibutuhkan terutama saat *smasher* melaksanakan lompatan dan saat memukul bola. Kelenturan yang baik akan memberi keluesan dan keindahan gerak saat seorang pemain meregangkan pinggang waktu mengambil ancang-ancang di udara sebelum memukul bola. Syafruddin (2004:58) mengemukakan bahwa kelenturan merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang menentukan dalam : mencegah cedera, mengembangkan kemampuan kondisi fisik dan mempelajari keterampilan-keterampilan gerak. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kelenturan berperan dalam pelaksanaan *smash*, yaitu dalam mengembangkan keterampilan *smash* dan mencegah cedera.

Selain faktor-faktor yang telah dikemukakan di atas faktor taktik juga sangat dibutuhkan dalam olahraga bolavoli. Menurut Suharno dalam Yunus (1992:137) “Taktik merupakan penggunaan daya pikir dan sikap kreatif untuk menentukan alternatif pemecahan masalah yang efektif, efisien dan produktif dalam rangka mencari kemenangan dalam pertandingan”. Dengan taktik yang baik suatu tim berpeluang untuk memenangkan suatu pertandingan.

Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman yang merupakan salah satu tempat atau wadah pembinaan terhadap olahraga bolavoli. Setelah diamati pada saat latihan maupun pertandingan ternyata masih terlihat dengan jelas bahwa kemampuan *smash* atlet bolavoli Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman masih rendah karena dari setiap kejuaraan bolavoli, pada babak pertama atlet bolavoli Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman dapat melakukan kemampuan *smash* dengan baik, namun setelah pergantian babak kemampuan *smash* atlet sudah berkurang kualitasnya di lihat atlet dalam melakukan *smash* sering menyangkut di net, mudah di blok oleh lawan. Karena faktor daya tahan kekuatan lompatan diduga sebagai salah satu penyebab kurang tingginya raihan dalam melakukan *smash*, maka penulis menganggap penting untuk dilakukan pengkajian dan penelitian untuk mengetahui seberapa besar **“Hubungan Daya Tahan Kekuatan Lompatan Dengan Kemampuan *Smash* BolaVoli Atlet Putra Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah yakni sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara daya tahan kekuatan lompatan dengan kemampuan *smash* bolavoli?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi gerakan dengan kemampuan *smash* bolavoli?

3. Apakah terdapat hubungan perkenaan bola dengan tangan dengan kemampuan *smash* bolavoli?
4. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot lengan dengan kemampuan *smash* bolavoli?
5. Apakah terdapat hubungan kecepatan gerakan tangan dengan kemampuan *smash* bolavoli?
6. Apakah terdapat hubungan posisi tubuh di udara dengan kemampuan *smash* bolavoli?
7. Apakah terdapat hubungan kelenturan dengan kemampuan *smash* bolavoli?
8. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *smash* bolavoli?

C. Pembatasan masalah

Mengingat luas ruang lingkup penelitian yang akan dilakukan, keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti serta agar peneliti ini lebih terfokus dan terarah, maka peneliti membatasi variabel dalam penulisan ini yaitu: “Hubungan daya tahan kekuatan lompatan dengan kemampuan *smash* bolavoli atlet putra Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman”.

D. Perumusan masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah ditetapkan tersebut, maka masalah penelitian dapat dirumuskan ke dalam bentuk, yaitu: “Apakah

terdapat hubungan daya tahan kekuatan lompatan dengan kemampuan *smash* bolavoli atlet putra Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman?”

E. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: “Hubungan daya tahan kekuatan lompatan dengan kemampuan *smash* bolavoli atlet putra Remaja Klub Pasir Sepakat (RKPS) Pariaman”.

F. Manfaat penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penelit sendiri, sebagai salah satu persyaratan dalam rangka memperoleh gelar sarja pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru penjas sebagai Pembina atau pelatih dalam kegiatan pembinaan olahraga prestasi, khususnya cabang olahraga bola volly, dalam rangka meningkatkan prestasi siswanya.
3. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP, sebagai bahan bacaan dan referensi untuk penelitian selanjutnya.
4. Dinas pendidikan sebagai bahan pertimbangan dan masukan dalam rangka pengembangan dan pembinaan olahraga prestasi di sekolah.
5. Siswa sebagai bahan masukan untuk lebih meningkatkan latihan kondisi fisik khususnya daya tahan kekuatan lompatan yang dibutuhkan dalam melakukan *smash*.