

**HUBUNGAN KEKUATAN JARI-JARI TANGAN DENGAN
KEMAMPUAN PASSING ATAS BOLAVOLI
SISWA SMP NEGERI 3 LENGAYANG
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

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



Oleh :
JAMALUDDIN.D
NIM 08958

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Progm Studi Pendidikan dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Judul : Hubungan Kekuatan Jari-Jari Tangan dengan Kemampuan Passing Atas Bola Voli
Siswa SMP Negeri 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Jamaluddin. D

NIM : 08958

Program : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Desember 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. WILLADI RASYID, M.Pd	(.....)
2. Sekretaris	: Drs. ZARWAN, M.Kes	(.....)
3. Anggota	: Drs. ZALPENDI, M.Pd	(.....)
4. Anggota	: Dra. PITNAWATI, M.Pd	(.....)
5. Anggota	: .Drs.Kibadra	(.....)

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Segala puji-mu Rabbi seluruh alam
Tiada kesukaran tanpa keringat-Mu dan air mata
Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan
Maka apabila engkau telah selesai dengan suatu
urusan
Tetaplah kerja keras untuk urusan yang lain
Dan hanya kepada Tuhanmu lah kami berharap
(Q.S. Al-Insyiroh,6-8)*

Ya Allah.....

*Begitu besar anugrah yang telah engkau berikan selama ini,
Atas izin dan nikmat-Mu hamba dapat melalui semua ini
Dengan menggenggam sebuah kemenangan
Terima kasih ya rabbi.*

*Untuk yang kukasihi dan kucintai.....
Istriku Januari Asnah.....
Semua perhatian, dukungan, , pengorbanan, kesabaran
Dan do'a semoga menjadi titian kasih dan bunga cinta
Abadi terukir indah dalam karyaku*

*Terima kasih wahai cinta.....
Bersamamu aku dapat semua ini!*

*Untukmu kedua orang tuaku.....
Terima kasih atas semua do'a dan kasih
Yang tercurah untukku.*

*Untukmu buah hatiku yang terkasih
Juny Ikhsan Nurdin
Syahrifa Aini*

*Terima kasih atas segala energi yang dicurahkan
Untuk auyahanda, tawa dan tangismu memberi warna
Pada setiap langkah dalam perjuangan ini, bagai
Lukisn pelangi yang indah dalam ketinggian langit biru,
Terima kasih nak, ayah sayang kalian
Keberhasilan ini milik kita !!!!!!!*

ABSTRAK

Jamaluddin.D (2011) : Hubungan Kekuatan Jari-Jari Tangan Dengan Kemampuan Passing Atas Bolavoli Siswa SMP Negeri 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi penulis ditemui di lapangan, ternyata masih rendahnya kemampuan passing atas siswa SMP N 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan hasil passing atas bolavoli siswa SMP N 3 Lengayang Kabupaten pesisir Selatan

Jenis penelitian adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP N 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 30 orang dengan menggunakan teknik total Sampling di mana semua populasi dijadikan sampel, untuk mendapatkan data penelitian digunakan tes kekuatan jari-jari tangan, dan tes kemampuan passing atas. Data yang diperoleh dianalisis dengan product moment sederhana.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan jari-jari tangan dengan hasil passing atas bolavoli siswa SMP N 3 Lengayang Kabupaten Pesisir selatan, ditandai ndengan $r_{hitung} (0,041) > r_{tabel} (0,325)$.

Manfaat dari penelitian ini adalah memberikan latihan khusus untuk passing atas, latihan kekuatan jari-jari tangan lebih baik diberikan dahulu sebelum memulai latihan teknik yang mengarah kepada passing atas. Dan untuk memperoleh keterampilan passing atas yang baik, maka seseorang panneliti harus melihat kondisi fisiknya terutama mempunyai kekuatan jari-jari tangan yang baik.

Kata kunci : Kekuatan jari-jari tangan kemampuan pasing atas

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul : ***"Hubungan Kekuatan Jari-jari Tangan dengan Kemampuan Passing atas Bola Voli Siswa SMP Negeri 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan"***

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang(UNP)

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun 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. Hendri Naldi, M.Kes.AIFO selaku Ketua Jurusan pendidikan Olahraga
3. Bapak Drs. Williadi Rasyid,M.Pd selaku Pembimbing I dan Drs. Zarwan, M.Kes selaku Pembimbing II
4. Bapak Drs.Zalfendi,M.Kes , Dra. Pitnawati,M.Pd, Dan Drs.Kibadra selaku Tim Penguji
5. Bapak / Ibu mengajar fakultas Ilmu Keolahragawan Universitas Negeri Padang
6. Bapak Pembina bola voli siswa SMP Negeri 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan atas kesediannya membantu kelancaran proses penelitian ini
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberi dorongan dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini
8. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP

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, Desember 2011

Peneliti

DAFTAR ISI

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Kegunaan Penelitian.....	7

BAB II. LANDASAN TEORI

A. Kerangka Teoritis	
1. Permainan Bolavoli.....	8
2. Kekuatan Jari-jari Tangan.....	10
3. Komponen Kondisi Fisik dalam Bolavoli.....	11
4. Teknik Dasar Permainan Bola voli.....	14
B. Kerangka Konseptual.....	18
C. Hipotesis Hipotesis.....	19

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	20
B. Populasi dan Sampel.....	20
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	21
D. Jenis dan Sumber Data.....	21
E. Teknik dan Alat Pengumpul Data.....	22
F. Teknik Analisa Data.....	23

G. Prosedur Penelitian.....	24
-----------------------------	----

BAB IV. HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	26
------------------------	----

B. Pengujian Bersyarat Analisis.....	28
--------------------------------------	----

C. Pengujian Hipotesis.....	29
-----------------------------	----

D. Pembahasan.....	31
--------------------	----

BAB V.KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	32
--------------------	----

B. Saran.....	32
---------------	----

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Penyebaran Populasi	21
2. Hasil Perhitungan Sampel	21
3. Penemuan Jumlah sampel	22
4. Nama-nama Alat yang digunakan dalam penelitian	24
5. Nama-nama tenaga Pembantu	25
6. Distribusi frekuensi Data Kekuatan jari-jari tangan	26
7. Distribusi Frekuensi Dta Kemampuan passing atas	27
8. Pengujian Hipotesis	29
9. Uji Antara Dengan Variabel X dengan Variabel Y	30

DAFTAR LAMPIRAN HALAMAN

Lampiran	Halaman
1. Data Lengkap Hasil Kekuatan Jari-Jari Tangan Dengan Passing Atas	34
2. Tabel Persiapan perhitungan	35
3. Uji Normalitas variabel X	36
4. Uji Normalitas Variabel Y	37
5. Perhitungan Koefisien Korelasi sederhana	38
6. Daftar Luas Dibawah Lingkungan Normal standar	39
7. Daftar XIX (II) Nilai Kritis L untuk Uji Lilliepor's	40
8. Tabel dari Harga Listrik Dari Product-Moment	41
9. Dokumentasi Pengambilan Data	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Sikap Tangan dan jari	16
2. Sikap badan dan kaki	16
3. Pelaksanaan Passing atas	17
4. Grafik Histogram kekuatan jari-jari Tangan	27
5. Grafik histogram Hasil passing atas Bolavoli	28

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan salah satu pendidikan formal yang menyelenggarakan proses pembelajaran untuk membimbing, mendidik, melatih dan mengembangkan kemampuan siswa untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan yang ingin dicapai tentunya tidak terlepas dari tujuan pendidikan nasional sebagaimana dituangkan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SESDIKNAS) Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yaitu bertujuan untuk berkembangnya potensi didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Berdasarkan tujuan pendidikan tersebut diatas, sekolah berkewajiban mengembangkan potensi siswa secara optimal yang mencakup pengembangan aspek kognitif, efektif dan psikomotor secara seimbang. Pengembangan aspek kognitif meliputi kemampuan berpikir secara logis terdiri dari pengetahuan, pemahaman, aplikasi, sintesa dan evaluasi. Pengembangan aspek kognitif meliputi etika sikap, minat dan disiplin. Pengembangan aspek psikomotor berkaitan dengan keterampilan gerak (Depdiknas, 2003:3). Salah satu bidang pendidikan yang berkaitan dengan keterampilan gerak adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan.

Pentingnya pengembangan dan pembinaan dibidang olahraga ini tercantum dalam UU Sistem keolahragaan No.3 Tahun 2005 sebagai berikut:

”Meningkatkan usaha pembibitan dan pembinaan olahraga prestasi harus dilakukan secara sistematis dan komprehensif melalui lembaga-lembaga pendidikan sebagai pusat pembinaan di bawah koordinasi masing-masing organisasi olahraga termasuk organisasi olahraga penyandang cacat bersama-sama dengan masyarakat demi tercapainya sasaran prestasi yang membanggakan di tingkat nasional.”

Sehubungan dengan hal tersebut mencapai prestasi yang tinggi dalam olahraga terutama olahraga bolavoli diperlukan berbagai persyaratan antara lain:

1) kemampuan fisik, 2) kemampuan teknik, 3) bakat, minat dan motivasi berolahraga, 4) dukungan moral dan material, 5) Proses pembinaan secara berkesinambungan, menggunakan pendekatan dan metode yang baik, dalam waktu yang relatif lama, 6) Dukungan sarana dan prasarana yang memadai, dan 7) kondisi lingkungan fisik, geografis-klimatologi, dan cultural yang kondusif. (UU Sistem Keolahragaan)

Dari penjelasan diatas jelas bahwa dalam mencapai prestasi yang optimal banyak faktor-faktor yang mempengaruhinya. Olahraga bolavoli ini pada dasarnya berpegang pada dua prinsip yaitu teknis dan psikis. Prinsip teknis yaitu bermain dengan menggunakan berbagai teknik permainan bolavoli, dan prinsip psikis adalah pemain bermain bolavoli tersebut dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa baik wanita maupun pria.

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 klup yang merekrutnya dengan kata lain permainan bolavoli dapat dijadikan sebagai ajang nafkah. Hal ini dapat memacu para pembina, pelatih untuk meningkatkan kemampuan para atlitnya atau para pemainnya agar menjadi profesional, untuk 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.

Keberhasilan suatu cabang olahraga khususnya permainan bolavoli, didukung oleh beberapa faktor yang saling menunjang baik faktor bakat yang dimiliki masing-masing individu, sitem pembinaan, kemampuan kondisi fisik dan faktor-faktor lainnya. Dari sekian banyak faktor yang sangat mendukung adalah latihan yang dilakukan baik untuk kepentingan fisik, teknik maupun taktik yang terprogram, terencana dan terlaksana dengan baik sesuai yang disusun guna pencapaina tujuan. Unsur-unsur yang

dikembangkan dalam latihan bolavoli adalah latihan fisik, latihan teknik dan latihan taktik. Sajoto (1998 :28) mengatakan :

”Unsur-unsur fisik yang perlu dilatih dan dikembangkan dalam permainan bolavoli meliputi unsur-unsur gerak fisik umum terdiri atas kecepatan, kelentukan, daya ledak dan unsur-unsur gerak fisik khusus yang terdiri dari : reaksi, stamina, keseimbangan, kecepatan dan perasaan gerak”.

Kondisi fisik yang disyaratkan sebagai cara pembentukan fisik dan kemampuan seorang atlit, haruslah terpenuhi dengan baik. Apakah unsur fisik, maupun mental. Sebagaimana dikatakan brooks dalam Arsil (1999:129) bahwa

” Bagi seorang pemain bolavoli kemampuan fisik yang memegang peranan penting adalah pada unsur kekuatan, daya tahan, daya ledak, kelincuhan dan koordinasi lain pada kemampuan aspek yang lainnya”.

Dari beberapa pendapat di atas dapatlah kita simpulkan bahwa untuk meningkatkan prestasi seorang atlit ada beberapa yang perlu dikembangkan seperti kelincuhan, kecepatan reaksi, kecepatan bergerak, kekuatan seluruh otot (jari-jari tangan), kelentukan, daya tahan, koordinasi dan power. Semua komponen-komponen diatas yakni : fisik, teknik, taktik, strategi seta mental dan kematangan juara harus terkoordinasi dengan baik. Betapapun fisik tanpa didukung oleh teknik, taktik strategi dan mental tidak akan banyak memberikan sumbangan terhadap prestasi dan begitu juga sebaliknya. Namun demikian komponen fisik memerlukan perhatian yang dalam disamping yang lainnya, kemampuan fisik yang prima tentu akan mendatangkan kesegaran jasmani yang prima pula. Komponen fisik yang perlu mendapat perhatian tersebut menurut Sajoto dalam Zarwan (1999:44) adalah sebagai berikut : Kekuatan , keseimbangan, koordinasi, kelincuhan, ketepatan dan reaksi.

Dalam permainan bolavoli diperlukan adanya pemain-pemain yang memiliki peran dan fungsi yang spesialis, seperti dikatan oleh Dieter (1984:47) bahwa:

” Pemain spesialis itu sendiri pada permainan bolavoli menurut fungsi dan tugasnya dapat digolongkan sebagai smasher, cetter dan pemain serba bisa”. Oleh karena itu pemain bolavoli haruslah ditunjang dengan unsur kondisi fisik yang baik. Unsur kondisi fisik yang dominan dalam permainan bolavoli yaitu kelincahan dan daya tahan kekuatan otot lengan.

Dari berbagai uraian-uraian di atas, maka timbullah beberapa masalah diantaranya sampai berapa besar hubungan yang signifikan antara kekuatan yauti kekuatan jari-jari tangan, dengan kemampuan passing atas bolavoli. Untuk menjawab masalah tersebut, maka penulis merasa perlu mengadakan penelitian yang bertempat di SMP 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

Sekolah sebagai salah satu untuk memasyarakatkan olahraga hendaknya menjadi tempat utama dalam pembinaan olahraga. Usaha yang dilakukan pemerintah adalah meningkatkan pelaksanaan olahraga di sekolah-sekolah atau masyarakat yang sifatnya mencari dan membina serta mengembangkan olahraga di Indonesia.

Pelaksanaan kegiatan olahraga di sekolah bertujuan untuk meningkatkan aktifitas fisik dan kesegeran jasmani serta menghasilkan manusia yang sehat. Disisi lain kegiatan ini bertujuan mengembangkan bakat dan minat para siswa untuk berprestasi, seperti halnya di SMP 3 Lengayang tempat peneliti ini dilakukan diduga banyak kendala dalam penguasaan suatu keterampilan teknik dasar dalam permainan seperti bolavoli. Didalam penguasaan suatu teknik dasar dalam permainan bolavoli khususnya pada saat siswa bermain dan dengan beberapa kali melakukan pengulangan passing atas banyak terlihat arahnya tidak sesuai dengan yang diharapkan maksudnya, arah bola yang di passing tidak sampai pada teman yang dituju.

Berdasarkan observasi penulis di lapangan masih ada siswa yang belum terlatih dalam melakukan passing atas, itu terlihat pada waktu siswa akan melakukan passing

atas kurang cepat untuk menggerakkan dan menggunakan kekuatan jari-jari tangan, sehingga pada saat melakukan passing atas belum baik atau kurang mendukung, sehingga arah bola yang di passing terkadang tidak sampai pada sasaran yang dituju/tidak sampai. Oleh karena itu perlu pembinaan yang mengarah pada unsur kondisi fisik kekuatan jari-jari tangan yang diperlukan untuk mendukung pencapaian keberhasilan siswa dalam mempelajari dan menguasai teknik dasar cabang olahraga permainan bolavoli.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Daya tahan kekuatan otot lengan
2. Sarana dan prasarana
3. Kecepatan reaksi
4. Kekuatan jari-jari tangan
5. Fleksibilitas
6. Kekuatan otot tungkai
7. Lingkungan dan diri siswa

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan kepada latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, sesuai pengamatan penulis di lapangan kemampuan passing atas siswa SMP 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan masih kurang memuaskan. Diduga faktor yang mempengaruhi adalah kekuatan jari-jari tangan, maka penelitian ini dibatasi oleh dua variabel bebas yaitu, kekuatan jari-jari tangan serta satu variabel terikat yaitu kemampuan passing atas bolavoli.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan kepada latar belakang masalah dan identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut: "Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan passing atas bolavoli SMP 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan jawaban terhadap pertanyaan berikut:

1. Untuk mengetahui kekuatan jari-jari tangan SMP 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan
2. Untuk mengetahui kemampuan Passing atas bolavoli SMP 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan
3. Untuk mengetahui hubungan anatara kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan passing atas bolavoli SMP 3 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

F. Kegunaan Penelitian

Dari hasil penelitian yang akan dilakukan ini akan memberikan manfaat pada pengemabangan ilmu pengetahuan di bidang olahraga. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat:

1. Menjadi bahan informasi kepada para pembina, pelatih dan guru olahraga tentang kondisi fisik yang harus diperhatikan pada pemain bolavoli, sehingga nantinya akan meningkatkan kemampuan bermain terutama dalam melakukan passing atas bolavoli.
2. Dijadikan sebagai salah satu bahan acuan untuk kegiatan penelitian selanjutnya dalam ruang lingkup yang lebih luas lagi.

3. Menjadi bahan kajian dan penelahaan selanjutnya untuk dipedomani dalam mengembangkan keterampilan teknik-teknik bagi mahasiswa di perpustakaan FIK UNP
4. Untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.