

**ANALISIS TEKNIK SMASH SISWA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI  
SMA NEGERI 1 LINGGO SARI BAGANTI  
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

**SKRIPSI**

**untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



**DEVI EFRIADI  
1306802/2013**

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2019**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**  
**SKRIPSI**

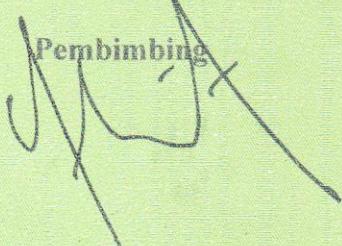
Judul : Analisis Teknik *Smash* Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Devi Efriadi  
Nim/BP : 1306802/2013  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan : Kepelatihan  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2019

Disetujui Oleh:

Pembimbing



Drs. Maidarman, M.Pd  
NIP. 19600507 198503 1 004

Ketua Jurusan



Dr. Umar, MS. AIFO  
NIP. 19610615 198703 1 003

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Devi Efriadi  
NIM : 1306802/2013

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul

Analisis Teknik Smash Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1  
Lingga Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan

Padang, Februari 2019

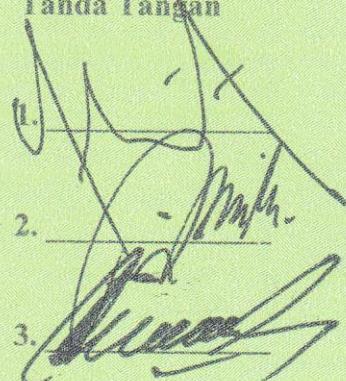
Nama

1. Ketua : Drs. Maidarman, M.Pd

2. Anggota : Drs. Hermanzoni, M.Pd

3. Anggota : Drs. Witarsyah, M.Pd

Tanda Tangan



## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Analisis Teknik *Smash* Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan” adalah karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, arahan dari pembimbing.
3. Didalam 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 sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam 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, Maret 2019  
Yang membuat pernyataan



**Devi Efriadi**  
NIM. 1306802

## **ABSTRAK**

Devi Efriadi, (2018). Analisis Teknik *Smash* Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum maksimalnya kemampuan *smash* yang dilakukan oleh siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan. Variabel dalam penelitian ini adalah teknik *smash* dalam permainan bolavoli. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis teknik *smash* pemain bolavoli yang dilihat dari sikap awal, sikap utama, dan sikap akhir.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 13 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total *sampling*. Dengan demikian, jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah seluruh siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan, yang berjumlah 13 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah *persentase*.

Hasil penelitian yang diperoleh pada analisis teknik *smash* pemain bolavoli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti, berada pada klasifikasi kurang, yang ditinjau dari indikator yaitu; (1) Sikap awal (persiapan) berada pada klasifikasi kurang, (2) Sikap utama (pelaksanaan) berada pada klasifikasi kurang, (3) Sikap akhir berada pada klasifikasi kurang.

**Kata Kunci:** *Teknik Smash*

## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ungkapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada peneliti. Sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Analisis Teknik *Smash* Siswa Ekstrakurikuler Bolvoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan”. Shalawat beserta salam teruntuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah perdapan manusia dari zaman Jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk melakukan penelitian skripsi pada program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan proposal ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat peneliti pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Yang tercinta Ayahanda; ....dan Ibunda; .....dan adik ku yang senantiasa membantu memberikan dorongan semangat untuk penulis.
2. Drs. Maidarman, M.Pd, pembimbing yang memberikan konribusinya dalam penyelesaian proposal ini.
3. Dr. Umar., MS., AIFO, selaku Ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Pada kesempatan ini penulis mengaharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penelitian ini. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Maret 2019

**Devi Efriadi**  
NIM: 1306802

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Analisis Teknik <i>Smash</i> dalam Bolavoli.....	7
a. Pengertian <i>Smash</i> .....	7
b. Gerakan Teknik <i>Smash</i> .....	8
c. Kesalahan yang Sering Terjadi pada <i>Smash</i> .....	9
d. Analisis Anatomi Gerak <i>Smash</i> .....	13
e. Analisis Biomekanika Gerakan <i>Smash</i> .....	17
B. Penelitian yang Relevan .....	20
C. Kerangka Konseptual .....	21

D. Pertanyaan Penelitian .....	21
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Desean Penelitian .....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	22
C. Defenisi Operasional .....	22
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	23
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	24
F. Teknik Analisis Data.....	26
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	28
1. Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti.....	28
a. Sikap awal (persiapan) .....	28
b. Sikap Utama (pelaksanaan) .....	29
c. Sikap Akhir .....	31
C. Pembahasan.....	33
1. Analisis Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti.....	34
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	36
B. Saran .....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	38
<b>LAMPIRAN.....</b>	40

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Kesalahan Umum dalam Melakukan <i>Smash</i> .....	12
2. Populasi .....	23
3. Kisi-Kisi Tes Teknik <i>Smash</i> .....	25
4. Nama Penilai Analisis Smash Bolavoli.....	26
5. Rumus Pengkategorian .....	27
6. Analisis Teknik Sikap Awal Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti .....	29
7. Analisis Teknik Sikap Utama Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti .....	30
8. Analisis Teknik Sikap Akhir Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti .....	31
9. Analisis Teknik Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti.....	33

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Fase Persiapan .....	10
2. Fase Pelaksanaan .....	10
3. Fase Gerakan Lanjutan .....	11
4. M. Trevesius .....	14
5. M. Otot Deltoid .....	14
6. Artikulatio humeri .....	15
7. Otot Ekstermitas Inferior .....	16
8. Sendi pangul, lutut, dan kaki .....	16
9. Kerangka Konseptual .....	21
10. Analisis Teknik Sikap Awal Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti .....	38
11. Analisis Teknik Sikap Utama Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti .....	39
12. Analisis Teknik Sikap Akhir Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti .....	41
13. Analisis Teknik Teknik <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti.....	42
14. Persiapan melakukan <i>smash</i> .....	56
15. Siswa melakukan <i>smash</i> .....	56
16. Mengamati gerakan <i>smash</i> yang dilakukan oleh siswa ke 2 .....	57
17. Mengamati gerakan <i>smash</i> yang dilakukan oleh siswa ke 3.....	57
18. Foto bersama dengan siswa dan pelatih .....	58

## **DAFTAR LAMPIRAN**

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-kisi Penelitian .....	41
2. Data Penelitian .....	42
3. Rekap Data Penelitian .....	55
4. Dokumentasi Penelitian .....	56
5. Surat Penelitian .....	57

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pembangunan nasional di bidang pendidikan adalah upaya untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia Indonesia dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur, serta memungkinkan para warganya mengembangkan dirinya dari segala aspek, baik jasmaniah maupun rohaniah. Melalui pendidikan jasmani diharapkan peserta didik dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, trampil, dan meningkatkan kesegaran jasmani. Dalam proses pendidikan jasmani di sekolah peserta didik dituntut untuk memiliki sikap yang positif seperti disiplin, kerjasama, jujur, sportif, berperilaku baik, mentaati peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Pembelajaran pendidikan jasmani kegiatan atau pembelajarannya banyak dilakukan di lapangan yang melibatkan aktivitas fisik dalam praktik atau proses pembelajarannya. Kebanyakan peserta didik menyukai aktivitas jasmani yang bersifat permainan seperti futsal dan bolabasket, bolavoli, bolakaki dll. Sekolah juga menambah kesempatan waktu kepada peserta didik untuk menyalurkan bakat, minat dan kegemarannya tersebut di luar jam sekolah yaitu dengan diadakannya melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam belajar sekolah. Tujuan dari ekstrakurikuler adalah untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan kemampuan peserta didik. Selain itu, untuk membantu

pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, pembinaan bakat dan minat serta kegemaran peserta didik dalam olahraga.

Pelaksanaan ekstrakurikuler yang dilakukan di SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti salah satunya adalah cabang olahraga bolavoli, dimana perkembangan bolavoli dewasa ini mengalami kemajuan yang cukup pesat dan sudah tersebar luas sampai ke pelosok daerah termasuk di SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti. Permainan bolavoli, menuntut para pemain menguasai semua teknik-teknik yang ada. Permainan bolavoli paling tidak ada 6 teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap orang yang akan bermain bolavoli. Teknik dasar yang ada didalam permainan bolavoli tersebut yaitu: (a) servis, (b) *passing* bawah, (c) *passing* atas, (d) *smash*, (e) *blok*. Setiap cabang olahraga memiliki teknik dan taktik tersendiri, demikian pula cabang olahraga bolavoli. Salah satu teknik-teknik dasar yang sudah semestinya dikuasai baik untuk kalangan pemula maupun kalangan profesional salah satunya adalah teknik *smash*.

*Smash* merupakan salah satu teknik yang sering digunakan oleh pemain bolavoli untuk melakukan serangan terhadap lawan dan mendapatkan poin guna memenangkan suatu pertandingan. Dalam ekstrakurikuler bolavoli di sekolah diharapkan peserta didik memiliki teknik *smash* yang baik, sehingga peserta didik mampu bermain dengan baik dan dapat mencetak poin untuk meraih kemenangan. Dengan teknik *smash* yang baik tersebut maka dapat mengantarkan pemain ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti kejenjang prestasi dicabang lahraga bolavoli.

Berdasarkan hasil observasi penulis lakukan pada siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti terlihat bahwa teknik *smash* yang dimiliki pemain masih terbilang rendah. Permasalahan yang muncul pada saat kegiatan ekstrakurikuler bolavoli adalah pada saat latihan *smash*, masih ada banyak siswa yang memiliki kemampuan *smash* kurang baik dan sebagian siswa lainnya memiliki kemampuan *smash* yang baik. Sering kali siswa dalam *smash* bola tidak mampu menyebrang dari net, dan bola tidak tepat sasaran pada daerah permainan bolavoli atau keluar dari lapangan permainan bolavoli. Hal tersebut dikarenakan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga tidak tepat pada sasaran atau target.

Jadi masalah rendahnya teknik *smash* yang dimiliki oleh pemain bolavoli ekstrakurikuler SMA Negeri 1 dapat mempengaruhi prestasi yang dimilikinya seperti, yang terlihat di dua tahun blakangan ini, dimana prestasi bolavoli yang dimiliki terlihat menurun. Dalam beberapa pertandingan yang diikuti ercatat bahwa pada Tahun 2016 pertandingan POPDA yang diselenggarakan di Kabupaten Pesisir Selatan mengalami kekalahan di 8 bersar, pada saat itu SMA Negeri 1 Sari Baganti berlawanan dengan SMA Negeri 2 Painan dengan skor 2 : 3. Tahun 2017 mengikuti pertandingan POPDA yang masih diselenggarakan di Kabupaten Pesisir Selatan mengalami kekalahan dibabak penyisihan, pada saat itu SMA Negeri 1 Sari Baganti berlawanan dengan SMA Negeri 3 Painan dengan skor 1 : 3. Kekalahan tersebut terlihat dikarenakan sulitnya membangun serangan balik yang disebabkan oleh teknik *smash* yang kurang sehingga membuat pemain mengalami kegagalan dalam melakukan *smash*.

Berdasarkan kenyataan diatas banyak faktor yang mempengaruhi teknik *smash* siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti yaitu; keseimbangan dapat mempengaruhi kemampuan *smash*, dimana seseorang yang tidak memiliki keseimbangan yang baik maka penguasaan bola sewaktu *dismash* menjadi labil. Begitu juga dengan koordinasi mata tangan memberikan kontribusi dalam menentukan taiming yang tepat pada saat melakukan *smash* sehingga bola tepat mengarah kesasaran yang dituju.

Sedangkan kelincahan merupakan kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran dalam posisi. Jadi klelingcaha seseorang juga dapat mempengaruhi kemampuan *smash* dalam permainan bolavoli. Gerak dalam melakukan persiapan dan pelaksanaan serta gerakan lanjutan yang dilakukan pada saat melakukan *smash* diduga juga dapat mempengaruhi keakuratan *smash* yang dilakukan. Dimana dalam hal ini ketika pada saat melakukan gerakan *smash* ketiga rangkaian ini tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya. Salasatu dari gerakan yang dilakukan tidak sesui dengan indikator gerak yang dilakukan maka kemampuan *smash* dapat dikatakan lemah atau rendah.

Disamping faktor-faktor di atas bakat dan motivasi dari pemain itu sendiri juga dapat mempengaruhi kemampuan *smash* yang dimiliki pemain. Seorang pemain yang tidak memiliki bakat dan motivasi maka seseorang tersebut tidak mampu mencapai puncak keberhasilan dalam menguasai teknik dalam permainan bolavoli khususnya teknik *smash*. Kemudian program dan metode latihan yang diterapkan oleh pelatih juga diduga mempengaruhi *smash* yang dimiliki oleh

pemain bolavoli, yang mana ditangan seorang pelatih, pemain dapat mengembangkan kemampuan teknik maupun kondisi fisik pemain sehingga dapat mencapai tingkat teknik yang baik, dengan demikian prestasi yang diinginkan akan dapat diporeh.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis berkeinginan untuk mengadakan sebuah penelitian berkaitan dengan teknik *samah* yang dimiliki oleh siswa ekstrakurikuler bolavoli, guna untuk mendapatkan gambaran nyata tentang kelemahan teknik *smash* yang dilakukan oleh pemain bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Keseimbangan.
2. Koordinasi mata tangan.
3. Kelincahan.
4. Gerakan teknik *smash*; sikap persiapan, pelaksanaan, dan gerakan lanjutan.
5. Bakat dan motivasi.
6. Program latihan dan metode latihan.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas ditemukan banyak masalah yang muncul dalam penelitian ini. Untuk lebih menfokuskan penelitian maka masalah penelitian ini dibatasi yaitu teknik *smash* yang terdiri dari sikap persiapan, pelaksanaan, dan gerakan lanjutan.

#### **D. Perumusan Masalah**

Sesuai pembatasan masalah, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan yaitu; bagaimana teknik *smash* siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tentang: teknik *smash* siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti.

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

Manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat digunakan sebagai memperkaya khasanah keilmuan, terutama tentang teknik *smash* dalam bidang bolavoli.
2. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat digunakan oleh:
  - a) Penulis sendiri untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana Olahraga S1 pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
  - b) Pelatih kestrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam melakukan latihan kepada pemain, agar perkembangan teknik *smash* dapat terlihat sehingga dapat memperoleh prestasi yang dinginkan, dengan kata lain teknik *smash* pemain dapat berkembang dengan baik dan lebih termotivasi untuk berlatih dengan pelatih yang diharapkan.
  - c) Jurusan Kepelatihan Olahraga sebagai bahan perbandingan untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan judul yang sama.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan hasil yang diperoleh dari analisis teknik *smash* pemain bolavoli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti, berada pada klasifikasi kurang dengan rata-rata 2,58 atau sekitar (33,35%), yang ditinjau dari indikator yaitu;

1. Sikap awal (persiapan) dengan rata-rata 2,57 atau skitar (33,36%) berada pada klasifikasi kurang,
2. Sikap utama (pelaksanaan) dengan rata-rata 2,55 atau skitar (33,14%) berada pada klasifikasi kurang.
3. Sikap akhir dengan rata-rata 2,58 atau skitar (34,16%) berada pada klasifikasi kurang.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti menyarankan agar:

1. Pelatih agar teknik *smash* pemain bolavoli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti yang telah ada sekarang perlu ditingkatkan disetiap fase gerakan baik fase awal, fase utama, dan fase akhir dalam bentuk pemberian program latihan yang tersencana dan khusus untuk teknik *smash* agar tingkat keberhasilan pemain bolavoli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti, lebih baik lagi.,
2. Pemain bolavoli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti, yang telah ada sekarang perlu dievaluasi secara terus-menerus seperti sikap

awal, utama, dan akhir dalam melakukan *smash*, agar menjadi sebuah tim yang lebih baik dan prestasi yang dicapai menjadi lebih baik.

3. Penelitian ini hanya terbatas pada pemain bolavoli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Linggo Sari Baganti, oleh sebab itu bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini kepada sampel dari kesebelasan lainnya dengan jumlah yang lebih banyak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwi Kurniato, (2013). Analisis Teknik *Smash* Atlet Bolavoli Junior Ganevo Yogyakarta. *Skripsi: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan Kepelatihan Universitas Negeri Yogyakarta.*
- Anas Sudjono. (2008). *Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Beutelstahl, Pieter, (2005). *Belajar Bermain Bolavoli*. Bandung : CV. Pionir Jaya.
- Faiz, Omar et al, (2004). *Anatomy At a Glance*. By Balacwell Science Ltd.
- Iskandar, (2013). *Analisis Gerakan Passing Bawah dalam Permainan Bolavoli Berdasarkan Konsep Biomekanika*. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, Vol. 2, No. 2, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan STKIP PGRI.
- Kirkendall T. Donald, (2011). *Soccer Anatomy*. Canada: Human Kinetics.
- Lenberg S. Kinda, (2006). *Volleyball Skills & Drills American Volleyball Coaches Association*. Australia: Human Kinetics.
- Reynaud, Cencile, (2011). *Coaching Volleyball Technical and Tactical Skill*. Canada: Human Kinetics.
- Sugiyono, (2013). *Cara Muda Menyusun: Proposal, Tesis, dan Desertasi*. Bandung: Afabeta.
- Suharsimi Arikunto, (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sinogo Pratiwi, (2009). Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Inovatif dan Pembelajaran Konvensional Terhadap Hasil Belajar *Smash* Normal dalam Permainan Bolavoli pada Mahasiswa Putera Semester II Penkepor Jpok Fkip UNS Surakarta Tahun 2009. *Skripsi: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.*
- Umar & Jaka Putra Utama, (2018). *Biomekanika Olahraga (Teori dan Aplikasi)*. Padang: FIK UNP.
- Viera Barbara L & Fergusson Bonie J, (2004). *Volleyball*. Newark; University of Derlaware.