

**HUBUNGAN KEKUATAN JARI-JARI TANGAN DENGAN KEMAMPUAN
PASSING ATAS BOLA VOLI SISWA SMA NEGERI 1
TANJUNG MUTIARA KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

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



Oleh

**FIRMAN SYAHDI
NIM. 03534**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

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

Judul : Hubungan Kekuatan Jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* atas bola Voli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam

Nama : Firman Syahdi

NIM : 03534

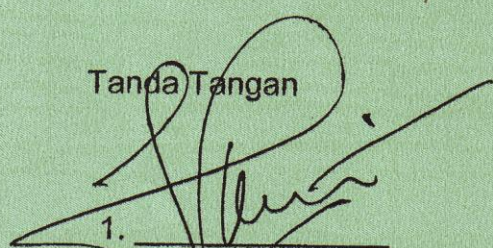
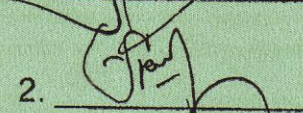
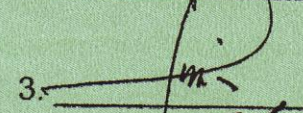
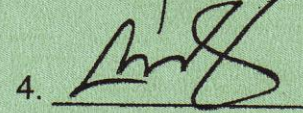
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2013

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Jonni, M. Pd	1. 
2. Sekretaris	Dra. Erianti, M. Pd	2. 
3. Anggota	Drs. Syafrizar, M. Pd	3. 
4. Anggota	Drs. Deswandj, M. Kes. AIFO	4. 
5. Anggota	Dra. Hj. Rosmaneli, M. Pd	5. 

ABSTRAK

Firman Syahdi, (03534) : Hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam

Masalah dalam penelitian ini penulis beranggapan bahwa kemampuan *passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, belum begitu baik. Banyak faktor yang menyebabkan masalah tersebut diantaranya adalah kekuatan jari-jari tangan. Maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa yang ikut dalam kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli di SMA Negeri 1 Mutiara Kabupaten Agam yang berjumlah sebanyak 35 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah sebanyak 25 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. variabel kekuatan jari-jari tangan menggunakan *grip strength hand dynamometer*. Data dianalisis dengan korelasi *product moment*.

Berdasarkan hasil analisis data, maka hasil penelitian menyatakan bahwa kekuatan jari-jari tangan mempunyai hubungan secara signifikan dengan kemampuan *passing* atas dan diterima kebenarannya secara empiris, serta kekuatan jari-jari tangan memberikan sumbagnan (kontribusi) sebesar 18,23% terhadap kemampuan *passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis Ucapkan Kehadirat Allah SWT Yang Telah Memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, Sehingga Penulis Dapat Menyelesaikan Skripsi Yang Berjudul “Hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulisan skripsi ini banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil.. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas belajar selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberi kesempatan dan mengizinkan penelitian ini.
3. Drs. Jonni, M.Pd dan Dra. Erianti, M.Pd, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.

4. Drs. Syafrizar, M.Pd, Drs. Deswandi, M.Kes dan Dra. Rosmaneli, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kepala SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dan siswa yang terpilih menjadi sampel yang telah membantu kelancaran pengambilan data.
6. Kedua orang tuaku tercinta serta seluruh pihak keluarga yang selalu mendukung serta memberikan materil kepada penulis sehingga skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Amin...Amin.. Ya Robal.. Alamin.

Padang, Januari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Bolavoli.....	8
2. Passing Atas Bolavoli	11
3. Kekuatan Jari-Jari Tangan.....	14
B. Kerangka Konseptual	17
C. Hipotesis Penelitian.....	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian.....	18
B. Populasi dan Sampel	18
C. Defenisi Operasional.....	20
D. Prosedur Penelitian.....	20
E. Jenis dan Sumber Data.....	21
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	22
G. Teknik Analisa Data.....	24

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	
1. Kekuatan Jari-Jari Tangan.....	26
2. Kemampun Passing Atas	28
B. Uji Persyaratan Analisis.....	30
C. Uji Hipotesis.....	30
D. Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	32

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	35
B. Saran.....	35

DAFTAR PUSTAKA.....	37
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	19
2. Nama-nama Alat yang digunakan dalam penelitian	21
3. Nama-nama Tenaga Pembantu	21
4. Distribusi Hasil Data Kekuatan Jari-Jari Tangan	26
5. Distribusi Hasil Data Kemampuan Passing Atas	28
6. Rangkuman Uji Normalitas Data	30
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X dengan Y	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pelaksanaan <i>Passing</i> Atas	13
2. Kerangka Konseptual	18
3. <i>Grip Strength Hand Dynamometer</i>	23
4. Pelaksanaan Tes <i>Passing</i> Atas	24
5. Histogram Hasil Data Kekuatan Jari-Jari Tangan.....	27
6. Histogram Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Atas.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Hasil Data Penelitian.....	38
2. Uji Normalitas Variabel Kekuatan Jari-Jari Tangan.....	39
3. Uji Normalitas Variabel Kemampuan Passing Atas.....	40
4. Uji Hipotesis X dan Y.....	41
5. Tabel Luas Standar Normal.....	42
6. Tabel Uji Lilliefors.....	43
7. Tabel Nilai r Product Moment	44
8. Tabel Nilai Distribusi T	45
9. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.....	46
10. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam	47
11. Dokumentasi Penelitian.....	48

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembinaan olahraga sebagai salah satu upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia yang diarahkan untuk peningkatan kondisi fisik, mental dan rohani manusia Indonesia umumnya khususnya individu dalam upaya pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas serta pencapaian prestasi yang setinggi-tingginya agar dapat mengangkat citra bangsa dan kebangsaan Nasional.

Salah satu bentuk pembinaan dan pengembangan olahraga di sekolah adalah kegiatan pengembangan diri. Kegiatan pengembangan diri merupakan suatu kegiatan yang diikuti siswa di Sekolah sesuai dengan bakat dan minat yang dimilikinya, dilaksanakan di luar jam pembelajaran wajib, dan kegiatan pengembangan diri tersebut dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler. Tujuan pengembangan diri menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) tahun (2007:7) adalah :

Pengembangan diri bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan atau dibimbing oleh konselor, guru atau tenaga pendidik yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pengembangan diri merupakan wadah

bagi peserta didik (siswa) yang memiliki bakat dan minat, untuk mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan dan kondisi sekolah. Kegiatan tersebut dibimbing oleh guru atau tenaga kependidikan. Kegiatan tersebut dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Di SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, salah satu cabang olahraga yang diikuti siswa dalam kegiatan pengembangan diri adalah cabang olahraga permainan bolavoli. Kegiatan pengembangan diri ini dibimbing oleh guru penjasorkes, dan dilaksanakan satu kali dalam seminggu yaitu setiap hari sabtu. Sedangkan tempat latihan dilakukan di lapangan bolavoli dalam lingkungan sekolah. Tentunya kegiatan ini nantinya dapat menambah pengetahuan, dan keterampilan bermain bolavoli yang akhirnya menjadi suatu prestasi yang dibanggakan.

Keberhasilan dalam pembinaan dan pengembangan permainan bolavoli melalui pengembangan diri, sehingga siswa dapat bermain bolavoli dengan baik, di samping faktor lainnya seperti kemampuan kondisi fisik, kemampuan taktik dan kemampuan mental yang baik, siswa harus memiliki penguasaan teknik dasar bolavoli dengan baik. Teknik menurut Syafruddin (2011:179) adalah suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien.

Dari kutipan yang telah dikemukakan pada halaman sebelumnya, maka dapat diartikan bahwa yang dimaksud tugas gerakan disini adalah bentuk-bentuk aksi/perbuatan/tindakan motorik yang dilakukan seseorang dalam olahraga untuk mencapai suatu tujuan gerakan. Sedangkan efektif berarti sesuai dengan tujuan yang diharapkan dan efisien berarti hemat dalam penggunaan tenaga. Misalnya saja gerakan-gerakan dalam mengaplikasikan teknik dasar dalam permainan bolavoli.

Menurut Erianti (2011:143) teknik-teknik dasar permainan bolavoli adalah “servis, *passing*, umpan (*set-up*), smash (*spike*) dan *block* (bendungan). Selanjutnya teknik servis terdiri dari dua jenis yaitu servis bawah dan servis atas, begitu juga dengan teknik *passing* ada dua yakni *passing* bawah dan *passing* atas. Dalam proses latihan dalam kegiatan pengembangan diri yang dilaksanakan di sekolah, semua jenis teknik dasar permainan bolavoli tersebut diajarkan, sehingga siswa dapat bermain bolavoli.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan ketika siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, sedang mengikuti latihan pengembangan diri permainan bolavoli, diantara teknik dasar bolavoli yang belum mereka kuasai dengan baik adalah teknik *passing* atas. Artinya penulis menduga kemampuan teknik *passing* atas siswa belum begitu baik atau teknik *passing* atas bolavoli siswa belum terkuasai dengan baik. Hal ini terlihat

dari cara siswa melakukan *passing* atas, seperti sikap tangan, dorongan lengan, perkenaan bola dengan tangan, dan sebagainya sehingga arah bola yang di *passing* terkadang tidak sampai pada sasaran lawan yang dituju.

Untuk dapat melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli dengan baik, banyak faktor yang mempengaruhinya seperti daya tahan kekuatan otot lengan, koordinasi mata-tangan, kekuatan jari-jari tangan, perkenaan bola dengan jari-jari tangan, sikap kaki, kelentukan pergelangan lengan, kelincahan, koordinasi gerak, pandangan dan sebagainya. Hal ini penting bagi siswa dalam belajar atau latihan sehingga kemampuan teknik *passing* atas bolavoli mereka dapat ditingkatkan. Begitu juga bagi siswa di SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam.

Dari berbagai uraian-uraian di atas, maka penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang kemampuan *passing* atas bolavoli siswa, yang penulis duga belum dimiliki dengan baik ada kaitannya dengan kekuatan jari-jari tangan. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”. Mudah-mudahan nantinya penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu solusi dalam memecahkan permasalahan yang terjadi di lapangan yang berkaitan dengan peningkatan teknik dasar permainan bolavoli

seperti teknik *passing* atas siswa dalam kegiatan pengembangan diri di sekolah.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Daya tahan kekuatan otot lengan
2. Koordinasi mata-tangan
3. Kekuatan jari-jari tangan
4. Kelincahan
5. Pandangan
6. Kontrol sikap lengan dan tangan
7. Sikap kaki
8. Koordinasi gerakan
9. Perkenaan bola dengan jari-jari tangan
10. Kelentukan jari-jari tangan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya variabel dalam penelitian yang akan dilakukan, keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti serta agar penelitian ini lebih terfokus dan terarah, maka penulis membatasi variabel penelitian ini adalah:

1. Kekuatan jari-jari tangan
2. *Passing* atas

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut: “Bagaimanakah hubungan antara kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* atas SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Kekuatan jari-jari tangan siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam
2. Kemampuan *Passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam.
3. Hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* atas bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi :

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana kependidikan pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pihak Sekolah sebagai pedoman dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga permainan bolavoli.
3. Mahasiswa sebagai sumbangan bahan bacaan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang.

4. Peneliti selanjutnya untuk bahan masukan atau referensi yang ingin meneliti permasalahan yang sama secara lebih mendalam.
5. Guru Penjasorkes sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam usaha dan upaya meningkatkan kemampuan teknik bolavoli, seperti kemampuan teknik *passing* atas..

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kepada hasil analisis dan dan pembahasan yang telah di uraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Kekuatan jari-jari tangan mempunyai hubungan secara signifikan dengan kemampuan *passing* atas dan diterima kebenarannya secara empiris, serta kekuatan jari-jari tangan memberikan sumbagnan (kontribusi) sebesar 18,23% terhadap kemampuan *passing* atas bolavoli siswa bolavoli siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam.

B. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada:

1. Guru penjas sebagai pembimbing kegiatan pengembangan diri pada cabang olahraga bolavoli untuk dapat meningkatkan latihan-latihan kekuatan otot jari-jari tangan dan kemampuan *passing* atas bolavoli.
2. Guru penjas lebih banyak memberikan latihan-latihan unsur-unsur kondisi fisik yang dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas, seperti unsur kekuatan jari-jari tangan, daya tahan kekuatan otot lengan, koordinasi ma-tangan dan

sebagainya, sehingga kemampuan teknik *passing* atas dapat ditingkatkan.

3. Siswa, agar dengan serius dan kontiniu mengikuti latihan-latihan teknik dalam permainan bolavoli, seperti teknik *passing* atas.
4. Pihak sekolah, agar memberikan kesempatan pada siswa dalam mengikuti pertandingan antar sekolah, ataupun pertandingan lainnya sehingga prestasi cabang olahraga bolavoli dapat ditingkatkan. Kemudian menambah atau melengkapi sarana dan prasarana yang diperlukan dalam latihan, seperti bola dan net.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta. Rineka Cipta.
- , 2009. *Tes Pengukuran dan Evaluasi*. Padang: FIK UNP.
- Arsil. 1999. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang : FIK UNP.
- Depdiknas. 2007. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta : BSNP Depdiknas.
- Erianti, 2011. *Buku Ajar Bolavoli*. Padang: FIK UNP.
- Ismaryati. 2006. *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Mukholid Agus. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Surakarta: Yudhistira.
- Mutohir, T.Cholik dkk. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: PPKKO, Dirjen Olahraga, Depdiknas.
- Narbuko Cholid, dkk. 2009. *Metodolgi Penelitian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Nurhasan, 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta Pusat. Depdiknas. Ditjen Olahraga.
- Pate, 1993. *Dasar-dasar Ilmu Kepalatihan* (Dirterjemahan oleh Dwijominoto. K). Semarang : IKIP Semarang Press
- Sajoto, M. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam olahraga*. Jakarta: Departemen P dan K. Dirjen Dikti, PT. PPLPTK.
- Sekum PBVSI. 1995. *Jejak Langkah Bolavoli*. Jakarta
- Syafruddin, 2011. *Pengantar Ilmu melatih*. Padang. FPOK IKIP Padang.
- Viera, dkk. 1996. *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Yunus. M, 1992. *Olahraga Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud.