

**KONTRIBUSI TINGGI LOMPATAN (*VERTICAL JUMP*) DAN
KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KETEPATAN
SMASH BOLAVOLI PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS
NEGERI 1 (SMA N 1) KOTOBARU KABUPATEN
DHARMASRAYA**

SKRIPSI

***Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S₁)
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang***



Oleh :

**FUADDI SUKMA
89623/2007**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2012

HALAMAN PERSetujuan SKRIPSI

Judul : Kontribusi Tinggi Lompatan (*Vertical Jump*) Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kerapatan *Smash* Bola voli Pada Siswa SMA N 1 Kota Baru Kabupaten Dharmasraya

Nama : Fuaddi Sukma

Nim/Bp : 89623/2007

Jurusan : Kepeleatihan Olahraga

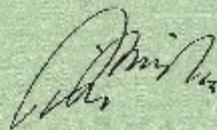
Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 2012

Diseetujui oleh :

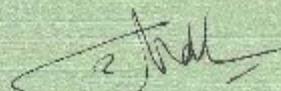
Pembimbing I



Drs. Hermanzoni, M.Pd

NIP.19610414 198603 1 007

Pembimbing II



Drs. H. Alnedral, M.Pd

NIP.1960430 198602 1 001

Mengetujui,

Ketua Jurusan Kepeleatihan Olahraga



Drs. Marderman, M.Pd

NIP.19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

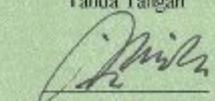
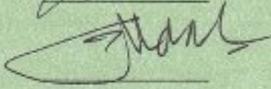
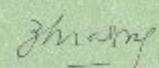
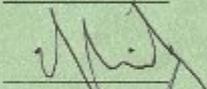
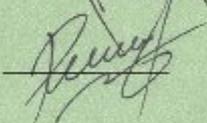
Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan
Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Kontribusi Tinggi Lompatan (*Vertical Jump*) Dan
Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan *Smash* Bolavoli
Pada Siswa SMA N 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya

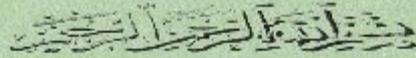
Nama : Fuaddi Sukma
Nim/Bp : 89623/2007
Program : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

Tim Penguji

| Nama | Tanda Tangan |
|--|---|
| Ketua : 1. Drs. Hermanzoni, Mpd |  |
| Sekretaris : 2. Drs. H. Alnedral, M.Pd |  |
| Anggota : 3. Drs. Masrun, M.Kes, AIFO |  |
| 4. Drs. Maidarman, M.Pd |  |
| 5. Padli, S.Si, M.Pd |  |

Halaman Persembahan



"Sesungguhnya disamping kesukaran itu ada kemudahan. Apabila engkau telah selesai mengerjakan suatu pekerjaan maka berusahalah untuk mengerjakan pekerjaan yang lain" (At-Tin, ayat 6-7)

Allah memberi ilmu yang berguna kepada siapa yang di keheadaki-NYA, siapa yang mendapat hikmah itu sesungguhnya ia mendapat kebaikan yang banyak dan tidak ada yang dapat mengambil pelajaran kecuali orang-orang yang mempunyai akal sehat (QS Al-Baqarah :269)

Tersirat dalam diri sebuah cita-cita untuk menggapai sebuah impian yang membuat ku terus berjuang walau lelah, resah, galau, namun dalam diriku tertanam sebuah kekuatan yang membuat ku harus terus berjuang menjalani semua ini, hingga semua kerisauan semua kegagalan dan rasa lelah yang ku alami bisa aku lewati. Kini semua tersimpan dalam memori masa lalu sebagai penghias cerita hidup yang aku jalani,

"Alhamdulillah, Puji syukur hanya kepada-Mu ya Allah, atas pertolongan-Mu jualah telah kulewati suatu perjuangan ku ini.. telah memberikan kesempatan pada diriku tuk menjalani dan merasakan semua ini..

Dengan sujud syukur kepada-Mu ya Allah ku persembahkan skripsi ini sebagai tanda bukti dan terima kasihku kepada..

Orang tua Q..

"AYAH (Asril) dan IBU (UMIKALSUM)

yang sangat aku cintai dan sangat aku sayangi. Terima kasih untuk segala belaian kasih sayang kalian yang telah membesarkanku dengan penuh cinta dan pengorbanan hingga anak mu ini bisa jadi sarjana Tak cukup isi dunia ini membalas semua pengorbanan dan kasih sayang ayah dan ibu berikan kepada ku seumur hidup ku walaupun aku belum bisa menjadi anak yang bisa kalian banggakan aku tidak akan menjadi anak yang membuat malu kalian, I LOVE YOU DAD I LOVE U MOM..

my brother yoce wulangare AMd terima kasih bantuannya dalam penyusunan skripsi ini dan terima kasih buat semua yang kita alami di kost-kostan selama di padang, buat my little sister MIFTAHUL IHSAN..makasih do'a dan dukungannya selama ini, makasih atas kiriman pulsa nya,,hehehe

Buat keluarga besar di kotobaru, u pariaman yang tidak bisa kusebutkan satu persatu terima kasih do'a dan dukungannya selama ini..Aku sayang kalian..

Buat my sweet heart (CICI) Silvia yulianti, AMd kom,,
makasih untuk semua do'a dan kesabaran mu selama ini menjalani hubungan dengan
mahasiswa yang sok super sibuk ini, berkat do'a mu akhirnya pacar mu ini selesai juga
kuliah nya, hehehe,, I will Always LOVE YOU,, semoga apa yang kita cita-citakan
selama ini bisa tercapai dan berakhir indah, AMIIIN!!!

Terima kasih kepada bapak Drs. Hermanzoni, MPd, bpk Drs. H. Alnedral MPd selaku
pembimbing yg banyak memberi masukan dan pembelaan saat seminar dan kompre,, Bpk
Drs. Maidaman MPd, Bpk Drs. Masrua, Mkes AIFO, Bpk Padly. SPd S.Si selaku penguji
yang banyak member saran dan kritikan dalam penyelesaian skripsi ini, Bapak-bapak
dan Ibu majelis Guru SMA N 1 koto baru, buat da Amrisal (saleh) yg banyak membantu
dalam penelitian, buat staff dan majelis guru SMK 3 padang yang telah membimbing
selama PL di sana pak yendra, buk EL,

My genk kepelatihan 07.
donney nan alah dulu Wisuda hahaha, makasih sudah datang waktu seminar dan kompre,
ci puik, om ldra, Devis, Ajo Miko, Ajo fajar, Jack Rito suriadi, Herry adnan, Arrido siamul
Hamdan, buat ridwan tapan,, yang rajin lagi kuliah nya,, biar bisa cepat wisuda,, hahaha
tidak akan berwarna ku lewat semua ini tanpa kalian temaan.. your's my second family.

Buat heru gaek, teja esa, capek lah wisuda, buat yogie dewata,, rido rinanda, angga
rahmadian, risky adha,, tulpikal, Medika, Yani, Eko, dan yang tidak tertulis disini samo
wak wisuda kawan,,

Buat ALL MY FRIEND's,
tuak DON, AJIS RAY nE_ricky, jep.pul.dori, Andry kuadrat, ALHAFIZ ZAHRA (mkasih
fiz lah nolong uda mbil data hehehe,,), buat rekan-rekan A- plus (ucup, antou, micko, andi
ucok, edi, ade), terima kasih atas pengalaman yang bisa ku rasakan. Ghanes rinaldi, mak
naih, buat ni ndang, makasih atas traktirannya pada anak kost ini,, haahaha,, tanpa kalian
tak akan berwarna hidup yang ku jalani,,
semoga kalian bisa jadi panutan bagi semua orang,, dan semoga allah senantiasa
memberikan rahmat Nya pada kita semua AMIIIN,,

By "FUADDISUKMA"

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya buat tidak terdapat karya orang lain yang pernah diajukan sebagai syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan pada fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang, kecuali secara penulisan acuan dalam skripsi ini yang terdapat dalam daftar pustaka, yang sepengetahuan saya itu tidak pernah sama dengan yang pernah ada.

Padang, FEBRUARI 2012


FUADDI SUKMA

ABSTRAK

Fuaddi Sukma (2012) : Kontribusi Tinggi Lompatan (*Vertical Jump*) dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Ketepatan *Smash* Bolavoli.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi Tinggi Lompatan (*Vertical Jump*) (X_1) terhadap ketepatan smash bolavoli, koordinasi mata-tangan (X_2) terhadap ketepatan smash Bolavoli, dan kontribusi Tinggi lompatan dan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *smash* bolavoli (Y) pada siswa SMA N 1 Koto Baru kabupaten Dharmasraya.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra dan putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli SMAN 1 Koto Baru yang berjumlah 31 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik penarikan sampel *purposive sampling* yaitu siswa putera saja yang berjumlah 23 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur Tinggi Lompatan dengan menggunakan tes *vertical jump*, sedangkan untuk memperoleh data koordinasi mata-tangan melalui tes lempar-tangkap bola tenis. Selanjutnya data ketepatan *smash* diperoleh melalui tes ketepatan *Smash* Bolavoli.

Analisa data dan pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan ganda serta analisis koefisien determinasi. Dari analisis data dapat diperoleh hasil Tinggi Lompatan (*Vertical Jump*) memberikan kontribusi yang signifikan terhadap ketepatan *smash* bolavoli, dimana diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 35,05%. Koordinasi mata-tangan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap ketepatan *smash* bolavoli, dimana diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 19,27.%. Tinggi Lompatan (*Vertical Jump*) dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap ketepatan *smash* bolavoli, dimana diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 43,82%.

Kata kunci ; **Tinggi lompatan (*vertical jump*), Koordinasi Mata-tangan, Ketepatan *Smash* Bolavoli**

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kehadirat Allah SWT, atas rahmat dan karunia-nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul : “**Kontribusi Tinggi lompatan (*Vertical jump*) Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan *Smash* Bolavoli Pada Siswa SMA 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya**”.

Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat penyelesaian program Strata satu (SI) guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian proposal ini peneliti banyak mendapat bimbingan, masukan, bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu peneliti mengucapkan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
3. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd selaku pembimbing I.
4. Bapak Drs. H. Alnerdal, M.Pd selaku pembimbing II
5. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd, Drs. Masrun, M.Kes AIFO, dan Padli, S, Si M.pd , selaku penguji yang telah memberi masukan serta nasehat dalam penyelesaian dan kesempurnaan skripsi ini.
6. Bapak/Ibu dosen serta karyawan/karyawati jurusan kepelatihan FIK UNP yang telah memberikan ilmu dan nilai bagi peneliti selama mengikuti proses pendidikan di Universitas Negeri Padang.

7. Orang tua dan saudara-saudara peneliti yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini
8. Rekan-rekan mahasiswa senasib seperjuangan di jurusan kepelatihan khususnya angkatan 2007 dan semua mahasiswa kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Semoga Allah SWT membalas jasa baik yang telah diberikan kepada peneliti. Peneliti menyadari keterbatasan yang dimiliki, untuk itu peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya peneliti menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang konstruktif dari semua pihak. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi pengelola pendidikan dimasa yang akan datang.

Padang, Januari 2012

Peneliti

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI | i |
| HALAMAN PENGESAHAN | i |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | i |
| ABSTRAK | ii |
| KATA PENGANTAR | iii |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL | vii |
| DAFTAR GAMBAR | viii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 8 |
| C. Pembatasan Masalah | 9 |
| D. Perumusan Masalah | 9 |
| E. Tujuan Penelitian | 9 |
| F. Kegunaan Penelitian | 10 |
| | |
| BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA KONSEPTUAL | |
| A. Kajian Teori | 11 |
| 1. Hakekat Permainan Bolavoli | 11 |
| 2. Hakekat Ketepatan <i>Smash</i> Bolavoli | 14 |
| 3. Hakekat Tinggi Lompatan..... | 17 |

| | |
|---|-----------|
| 4. Hakekat Koordinasi Mata-Tangan | 19 |
| B. Kerangka Konseptual | 23 |
| C. Hipotesis Penelitian..... | 25 |
| BAB III METODELOGI PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian | 26 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 26 |
| C. Populasi dan Sampel | 26 |
| D. Defenisi Operasional | 27 |
| E. Jenis dan Sumber Data | 28 |
| F. Intsrumen Penelitian..... | 29 |
| G. Teknik Pengumpulan Data..... | 32 |
| H. Prosedur Penelitian | 33 |
| I. Teknik Analisis Data | 33 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | |
| A. Deskripsi Data..... | 35 |
| B. Pengujian Persyaratan Analisis | 39 |
| C. Pengujian Hipotesis Penelitian | 41 |
| D. Pembahasan | 44 |
| BAB V PENUTUP | |
| A. Kesimpulan | 54 |
| B. Saran..... | 54 |
| DAFTAR PUSTAKA | 56 |

DAFTAR TABEL

| | | |
|---------|---|----|
| Tabel 1 | Jumlah Populasi | 27 |
| Tabel 2 | Daftar Panitia Pelaksana Tes..... | 33 |
| Tabel 3 | Distribusi Frekuensi Tinggi Lompatan (X_1) | 35 |
| Tabel 4 | Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata-Tangan (X_2)..... | 36 |
| Tabel 5 | Data Frekuensi Ketepatan <i>Smash</i> Bolavoli (Y) | 38 |
| Tabel 6 | Uji Normalitas Sebaran Data | 39 |
| Tabel 7 | Hasil Analisis Korelasi Sederhana dan koefisien determinasi (X_1) terhadap (Y) | 41 |
| Tabel 8 | Hasil Analisis Korelasi Sederhana Koordinasi dan Koefisien Determinasi (X_2) Terhadap (Y)..... | 42 |
| Tabel 9 | Hasil Analisis Korelasi Ganda dan koefisien determinasi | 43 |

DAFTAR GAMBAR

| | | |
|----------|---|----|
| Gambar 1 | Kerangka Konseptual..... | 24 |
| Gambar 2 | Pelaksanaan Tes <i>Vertical Jump</i> | 30 |
| Gambar 3 | Bentuk Tes Koordinasi Mata-Tangan | 31 |
| Gambar 4 | Bentuk Tes Ketepatan <i>smash</i> | 32 |
| Gambar 5 | Histohgram Tinggi Lompatan | 36 |
| Gambar 6 | Histogram Koordinasi Mata Tangan..... | 37 |
| Gambar 7 | Histogram Ketepatan <i>Smash</i> Bolavoli | 38 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|----|
| Lampiran 1. Daftar Nama-Nama Atlet Putra SMA N 1 Koto Baru | 58 |
| Lampiran 2. Data Mentah Penelitian <i>explosive power</i> otot tungkai, Koordinasi Mata-Tangan Dan Kemampuan <i>Smash</i> | 59 |
| Lampiran 3 Uji normalitas <i>explosive power</i> Otot Tungkai Melalui Uji Liliefors(X_1)..... | 60 |
| Lampiran 4. Uji Normalitas Koordinasi Mata Tangan Melalui Uji Liliefors (X_2)..... | 61 |
| Lampiran 5. Uji Normalitas Kemampuan Ketepatan <i>Smash</i> Melalui Uji Liliefors | 62 |
| Lampiran 6. Analisis Korelasi Sederhana Dan Korelasi Berganda (Variabel X_1 , X_2 dan Y)..... | 63 |
| Lampiran 7. Pengujian Hipotesis..... | 64 |
| Lampiran 8. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors | 67 |
| Lampiran 9. Tabel Dari Harga Kritik <i>Product-Moment</i> | 68 |
| Lampiran 10. Daftar Luas dibawah lengkungan Normal Standar | 69 |
| Lampiran 11. Pelaksanaan Tes <i>vertical jump</i> | 70 |
| Lampiran 12. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Tangan..... | 71 |
| Lampiran 13. Pelaksanaan Tes ketepatan <i>Smash</i> | 71 |
| Lampiran 14. Surat Izin Penelitian..... | 73 |
| Lampiran 15. Surat Balasan Penelitian | 74 |
| Lampiran 16. Surat keterangan UPTD Balai Pengawasan Mutu Barang | 75 |
| Lampiran 17. Sertifikat pelatih | 76 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ketatnya persaingan antar bangsa ditingkat Regional dan Internasional membuat bangsa Indonesia termotivasi untuk ikut serta membangun bangsa dan daerah yang lebih baik. Pembangunan tersebut meliputi: ekonomi, sosial, iptek, seni dan olahraga. Adapun tujuan dari pembangunan ini adalah supaya bangsa Indonesia memiliki sumber daya manusia yang berkualitas, sehat jasmani, dan rohani, juga bisa lebih maju serta tidak tertinggal dari bangsa- bangsa lain.

Dalam pembangunan bangsa Indonesia kedepan sudah seharusnya olahraga menjadi perhatian dalam pembangunan tersebut, kerana dengan olahraga bangsa Indonesia bisa dikenal oleh bangsa lain. Dengan berolahraga dapat ditingkatkan kesegaran jasmani dan rohani, serta membentuk sikap, kepribadian serasi dan seimbang. Hal ini sesuai 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 aklak mulia, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional serta mengangkat harkat martabat dan kehormatan bangsa”

Berbicara tentang prestasi olahraga akan terwujud bila adanya kerjasama yang baik antara pemerintah, masyarakat, dan insan olahraga.

Sugianto dalam Yuliardi (2002: 2) menyatakan “untuk mencapai prestasi yang tinggi dalam olahraga diperlukan bakat, minat dan motivasi berolahraga”. Seperti yang dijelaskan di bawah ini.

- a. Proses pembinaan secara berkesinambungan, terprogram menggunakan pendekatan dan metode yang baik, dalam waktu yang relevan lama.
- b. Dukungan sarana dan prasarana yang memadai.
- c. Kondisi lingkungan fisik, geografis- klimatologis, sosial kultural yang kondusif.

Untuk meraih dan mencapai prestasi olahraga perlu kerja sama yang terarah dan yang memperhatikan segala aspek yang ikut mendukung tercapainya prestasi tersebut, diantaranya kegiatan olahraga yang dilaksanakan secara terkoordinir dan kontiniu.

Dari sekian banyak cabang olahraga yang ditingkatkan pada saat ini, salah satunya mendapat perhatian yaitu olahraga bolavoli. Olahraga bolavoli merupakan salah satu olahraga yang sudah populer ditengah-tengah masyarakat, olahraga ini mudah dipelajari, permainannya menarik melibatkan banyak orang dan bisa dimainkan dimana saja. Perkembangan olahraga cukup mendapat respon positif dari semua kalangan masyarakat. Hal ini terbukti dengan banyaknya klub-klub yang muncul baik tingkat junior maupun senior yang tersebar dipelosok tanah air.

Prestasi dapat dicapai bila didukung kemampuan kondisi fisik, teknik, srategi, taktik dan mental, Syafruddin (1996: 5) menyatakan bahwa “kondisi fisik merupakan salah satu komponen dasar yang harus dimiliki oleh setiap atlet apabila ingin meraih prestasi yang tinggi”. Hal senada juga dikatakan oleh Yunus (1992: 61) bahwa “Persiapan fisik harus dipandang

sebagai hal yang penting dalam latihan untuk mencapai prestasi yang tinggi”. Sementara itu Sajoto dalam <http://www.koni.or.id/files/documents/> mengungkapkan unsur kondisi fisik dalam olahraga “yaitu kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan”.

Jadi jelas kondisi fisik yang baik merupakan syarat penting dalam mencapai prestasi, bagaimanapun baiknya teknik *smash* yang dimiliki oleh seorang pemain, tanpa diimbangi dengan kemampuan fisik yang baik maka prestasi yang diharapkan tidak akan terwujud. Salah satu kondisi fisik yang harus diperhatikan oleh atlet bolavoli adalah kelenturan. Kelenturan penting untuk melakukan kegiatan sehari-hari, apalagi bagi seorang atlet suatu cabang olahraga yang menuntut keluwesan gerak.

Dalam olahraga bolavoli, seorang atlet dituntut kelentukannya dalam melakukan teknik-teknik dasar olahraga bolavoli. Diantara kelenturan yang dibutuhkan adalah kelenturan pinggang. Adanya kelenturan pinggang yang baik, seorang atlet memungkinkan melakukan *Smash* dengan tepat, lebih lincah gerakannya dan akan lebih baik prestasinya. Oleh karena itu, kelenturan pinggang seorang atlet bolavoli perlu dilatih dengan baik agar dapat melakukan *Smash* dengan tepat.

Selain tinggi rendahnya kemampuan fisik seseorang dalam permainan bolavoli juga dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya: motivasi, minat, bakat, sarana dan prasarana, metode latihan kemampuan gerak, semua faktor ini saling berhubungan antara satu dengan yang lainnya.

Ide dari bermain bolavoli adalah mematikan bola sebanyak mungkin di daerah permainan lawan dan berusaha untuk mempertahankan bola agar tidak mati di daerah permainan sendiri, dan teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bolavoli adalah : *Servis, passing, smash,* dan *block*. Semua gerakan teknik ini mempunyai fungsi untuk menyerang, salah satu contohnya adalah *smash*. *Smash* merupakan usaha untuk mematikan bola di daerah permainan lawan.

Agar *smash* dapat dilakukan dengan baik, banyak faktor yang mempengaruhi. Menurut <http://muslimin40porf.wordpress.com/79/>, “Beberapa faktor yang menentukan keberhasilan seseorang dalam melakukan *smash* adalah timing/ketepatan, meliputi Ketepatan saat melakukan awalan, Ketepatan saat meloncat, Ketepatan saat memukul bola. Ketepatan dalam, mengantisipasi terhadap datangnya bola, sangat berpengaruh terhadap tahapan dalam melakukan *smash*, sehingga semua tahapan dalam melakukan *smash* dapat dilakukan dengan tepat. Hal ini hanya dapat dilakukan oleh orang yang mampu melakukan gerakan antisipasi dengan sumber/obyek gerakan, lepas dari sumber gerak itu sendiri (gerakan terbuka). Gerakan terbuka merupakan gerakan yang terjadi dipengaruhi oleh obyek yang terdapat atau berasal dari luar tubuh, di luar pengendalian diri. Gerakan ini memerlukan ketepatan koordinasi antara otot, saraf dan indra”.

Faktor lain yang juga mempengaruhi kemampuan melakukan *smash* adalah kelenturan, koordinasi gerakan, loncatan yang tinggi atau

tinggi raihan, kekutan otot lengan dan otot tungkai, kecepatan reaksi, teknik lambungan bola dan perkenaan tangan dengan bola.

Menurut Syafruddin (2004;21) "Dalam permainan bolavoli berkemungkinan dapat terjadi selama lima set dan membutuhkan waktu lebih dari enam puluh menit, maka dalam hal ini bagi seorang atlet harus membutuhkan daya tahan *aerobik* (VO_2max) yang baik." Selanjutnya dalam melompat untuk melakukan *smash* dan *block* memerlukan power otot tungkai. Begitu pula dalam menghasilkan pukulan *smash* yang keras akan memerlukan daya ledak yang besar dari otot tungkai dan kekuatan otot perut serta kelentukan togok. Sedangkan dalam melakukan passing kepada setiap pemain ataupun kepada *spiker* sewaktu melakukan pukulan *smash* agar memperoleh akurasi yang baik membutuhkan koordinasi mata-tangan.

<http://wengayo.blogspot.com/2010/05/analisa-gerakanpermainan-bolavoli.html>, menyatakan "Smash merupakan teknik yang menjadi andalan untuk menyerang agar mendapatkan poin. Kemudian teknik ini sangatlah kompleks, yaitu:

- (1). langkah kaki (otot-otot tungkai), (2). melompat setinggi-tingginya untuk mendapatkan jangkauan lompatan yang tinggi. Dalam hal ini otot-otot tungkai menjadi sangat dominan.
3. Timing , keterampilan ini merupakan kerja koordinasi mata-tangan dalam upaya menempatkan saat yang tepat dari jangkauan lompatan yang tertinggi dengan keberadaan bola yang jatuh. Dalam fase ini kerja otot-otot perut dan punggung sangat dominan
- (4). pukulan. Pukulan menjadi penting juga untuk menunjukkan pukulan yang terkuat. Dengan kuatnya pukulan memberikan peluang untuk mendapatkan poin. Saat memukul, otot yang terlibat langsung adalah kelompok bahu seperti deltoid, trapezeus dan triceps serta otot lengan bagian bawah.
- (5). mendarat. Dalam fase pendaratan, otot-otot tungkai menjadi dominan pula dalam menahan berat badan.

Faktor penting lain yang diduga dapat mempengaruhi *smash* yaitu koordinasi mata-tangan. Sugianto pada <http://www.slideshare.net/harrisclp/contoh-9778479> Menyatakan :

“Koordinasi merupakan kerja otot secara bersama dengan timing dan keseimbangan yang baik dalam suatu gerakan. Salah satu faktor penting dalam mempraktekkan gerak keterampilan olahraga adalah koordinasi antara mata dengan anggota tubuh lain, seperti :tangan, kaki dan kepala. Untuk bisa melakukan pukutan yang tepat sangat bergantung dari ke-serasian gerak mata dan gerak tangan yang disebut koordinasi mata-tangan.

Sadoso Sumosardjono dalam <http://www.slideshare.net/harrisclp/contoh-9778479> menyatakan “Koordinasi mata-tangan merupakan suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dan tangan sebagai pemegang fungsi yang melakukan gerakan tertentu. Apabila fungsi mata baik dalam arti tajam untuk melihat gerakan tertentu tetapi tidak terkoordinasi secara baik dengan tangan sebagai pelaksana gerakan, maka gerakan yang akan dilakukan tidak akan baik”.

Selanjutnya Syafruddin (1994:85) menjelaskan “koordinasi merupakan kemampuan menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan serta kerjasama system persarafan pusat”. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-tangan merupakan kerjasama susunan syaraf mata dan susunan syaraf tangan dalam melakukan tugas motorik dengan efisien melalui perantara system saraf pusat.

Bolavoli pada SMA N 1 Koto Baru merupakan salah satu cabang olahraga yang diminati siswa dalam ekstrakurikuler selain sepakbola,

basket, futsal, dan kegiatan ekstra kurikuler lainnya berdasarkan informasi dari kepala sekolah dan guru olahraga SMA N 1 Koto Baru, prestasi siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA N 1 Koto Baru ditingkat kabupaten Dharmasraya cukup baik, yang mana tim bolavoli SMA N 1 Koto Baru sering menjuarai even even Organisasi Siswa Intra Sekolah (Osis cup) yang diadakan SMA-SMA di Dharmasraya. Untuk prestasi yang di capai adalah sebagai juara I putri dan juara II putra di even Organisasi Siswa Intra Sekolah (Osis Cup) SMA N 1 Sungai rumbai, juara I putri pada pertandingan memperingati HUT RI di tingkat kecamatan, pernah mewakili kecamatan Koto Baru dalam pertandingan antar SMA di tingkat kabupaten Dharmasraya, bahkan beberapa siswa SMA N 1 Koto Baru ikut memperkuat tim POPDA dan PORPROV Dharmasraya untuk cabang bolavoli.

Permasalahan saat peneliti melakukan observasi di SMA N 1 Koto Baru adalah menurunnya prestasi olahraga pada cabang bolavoli karena saat bertanding pukulan *smash* dari siswa SMA N 1 Koto Baru mudah di *block*, sering keluar atau *out*, sering menyangkut di net dan mudah diterima oleh lawan yang diduga di sebabkan oleh rendahnya lompatan dan kualitas pukulan *smash* yang dilakukan, sehingga pukulan *smash* yang dilakukan tidak terlalu keras atau mudah dikembalikan melalui *blocking* oleh lawan. Rendahnya koordinasi mata-tangan mengakibatkan *smash* yang dilakukan menjadi kurang terarah sehingga mempengaruhi penampilan siswa SMA N 1 Koto Baru dalam bertanding. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian tentang sejauh mana “kontribusi tinggi lompatan dan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *smash* bolavoli”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Sejauh mana kontribusi tinggi lompatan terhadap ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
2. Sejauh mana kontribusi koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
3. Sejauh mana kontribusi teknik terhadap ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
4. Sejauh mana kontribusi daya tahan ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
5. Sejauh mana kontribusi kecepatan terhadap kontribusi terhadap ketepatan *Smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
6. Sejauh mana kontribusi tinggi raihan terhadap ketepatan *Smash* Bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
7. Sejauh mana kontribusi bakat, minat dan motivasi berolahraga terhadap ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru?
8. Sejauh mana kontribusi tinggi lompatan dan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *Smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?

C. Pembatasan Masalah

Karena terlalu banyaknya faktor-faktor yang dapat mempengaruhi ketepatan *smash* dan penafsiran yang berbeda perlu diberi pembatasan masalah, supaya ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas, terarah dan dapat terkontrol. Dengan keterbatasan waktu, biaya, tenaga dan keterbatasan wawasan peneliti. Maka peneliti membatasi penelitian ini hanya melihat “Kontribusi tinggi lompatan otot dan koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *smash* bolavoli”.

D. Perumusan Masalah.

Berdasarkan pembatasan masalah di atas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Sejauh mana kontribusi tinggi lompatan terhadap ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
2. Sejauh mana kontribusi koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?
3. Sejauh mana kontribusi tinggi lompatan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama terhadap ketepatan *smash* bolavoli pada siswa SMA N 1 Koto Baru.?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kontribusi tinggi lompatan dengan ketepatan *smash* bolavoli.
2. Kontribusi koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *smash* bolavoli..

3. Kontribusi tinggi lompatan dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama terhadap ketepatan *smash* bolavoli.

F. Kegunaan Penelitian

1. Selanjutnya berguna untuk melengkapi syarat untuk wisuda dalam mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada fakultas ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Menambah wawasan peneliti dan pengalaman dalam penelitian, khusus pada cabang olahraga bolavoli..
3. Pedoman pertimbangan bagi pelatih bolavoli dalam meningkatkan prestasi pemainnya, terutama peningkatan Ketepatan *Smash*.
4. Sebagai pedoman dan perbandingan bagi mahasiswa FIK-UNP pada penelitian selanjutnya.
5. Sebagai referensi tambahan perpustakaan FIK-UNP dan perpustakaan UNP.