

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT LENGAN DAN KOORDINASI
MATA-TANGAN DENGAN KETEPATAN SMASH PEMAIN
BOLAVOLI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
SUTERA KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sains
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi*



Oleh:

**ALFITRA
85785/2007**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

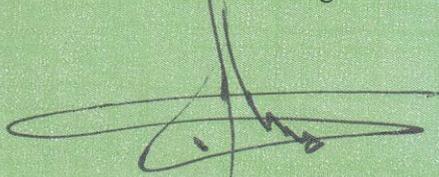
Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi-Mata Tangan dengan Ketepatan *Smash* Pemain Bolavoli Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Alfitra
Bp/Nim : 2007/85785
Prodi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

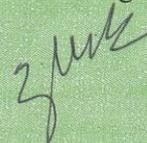
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



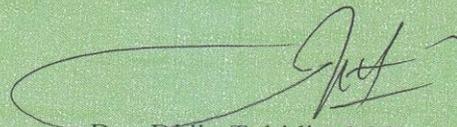
Drs. Abu Bakar
NIP. 195305161980111001

Pembimbing II



Drs. Zulhilmi
NIP. 195208201986021001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Drs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO
NIP. 195810181980031001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

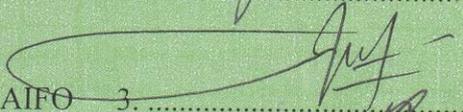
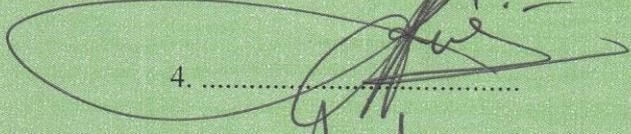
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN DENGAN KETEPATAN *SMASH* PEMAIN BOLAVOLI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 SUTERA KABUPATEN PESISIR SELATAN

Nama : Alfitra
NIM/BP : 85785 / 2007
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Abu Bakar	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Zulhilmi	2. 
3. Anggota	: Drs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO	3. 
4. Anggota	: Drs. Rasyidin Kam	4. 
5. Anggota	: Anton Komaini, S.Si, M.Pd	5. 

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

.....*Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan
Apabila kamu telah selesai (mengerjakan sesuatu pekerjaan)
Dan kepada Tuhan mu, berharaplah.
(QS.Al-Insyirah: 6-8)*

.....*Niscaya Allah meninggikan orang-orang yang beriman
Diantara kamu dan orang-orang yang berilmu beberapa
Drajat nya Allah Maha amat mengetahui apa-apa yang kamu kerjakan
(QS.Al-Mijadallah: 11)*

*Ya.....Allah berikan kepadaku hidayah supaya aku bersyukur atas rahmat dan nikmat
yang engkau berikan kepadaku dan kepada kedua orang tua ku. Serta saudara-
saudara ku, supaya aku melakukan perbuatan kebajikan yang engkau ridhoi dan
masuklah aku dalam karunia rahmat-Mu kedalam golongan hamba-hamba yang
baik.*

(QS.An-Nahi: 19)

*Ya Allah.....ya Robbi.....
Alhamdulillahirobbil alamin.
Dengan deraihan air mata di atas sejadah-Mu aku bersujud.
Syukur ku atas segala karunia-Mu
Do'a ku telah kau kabulkan, berkah-Mu menyelimuti hidupku.
Kerapuhan dan kesulitan
Kau tukar dengan kekuatan dan harapan.
Secarah cahaya perlahan menyinari kegelapan
Dan menuntun untuk meraih sebuah impian.....*

*Ya Allah.....
Ku menyadari sepele nya apa yang ku perbuat
Sampai hari ini belum mampu membalas walau setetes
Dari keringat kedua orang tua ku dan keluarga ku.
Hamba memohon jadikanlah keringat mereka sebagai
Mutiarah yang kemilau saat orang-orang dalam kegelapan
Dan jadikanlah tetesan air mata mereka
Sebagai embun penyejuk di kala dahaga*

*Hari ini.....
Secarah harapan telah ku genggam sepankhal asa telah ku raih
Terima kasih Tuhan, kau beri aku kesempatan
Untuk membahagiakan orang-orang yang mencintai
Dan mengasihiku namun.....
Esok lusa aku masih menghrapkan cinta dan ridho-Mu.....*

Alhamdulillah.....!

Seiring rasa syukur ku kepada-Mu Ilahi hari ini.....

*Ku persembahkan karya kecil ini sebagai tanda bakti dan hormat ku
Terutama sekali buat ibu dan ayah ku.*

Buat ayah ku.....!!! terima kasih atas semua doa dan pengorbanan mu selama ini sama Apit !

*Buat ibu ku.....!!! ibu bagaikan cahaya yang menyinari apit, terima kasih atas semua pengorbanan
ibu selama ini baik moril maupun materil.....*

Ibu selalu mendidik apit dengan kelembutan dan kesabaran

*.....!kasih sayang dan doa ibu semuanya belum sebanding dengan apa apit berikan saat ini makasih
ya ibu.....!*

*Buat kakak ku (Nang Ida, Nang Iyen dan Da Sihem) Nang, Uda makasih ya atas semuanya yang
telah Nang, Uda berikan selama ini sama Apit....! perhatian dan kasih sayang Nang, Uda berikan
menjadikan semangat untuk Apit.....! Apit pengen mengikuti jejak kesuksesan seperti kalian.....!*

Buat kaponakan ku (Ziqi, Habib dan Sekar).....!

Mudah-mudahan kalian menjadi anak yang pintar rajin, sholeh dan patuh pada orang tua ya.....!

**Buat sahabat2:07 (Rino Mpuang, Aidil, Niko, Ezim, Aldo, Tono, Oot)
yang setia menemani canda dan tawa saat2bersama, semangat ya
supaya cepat menyusul.... dan buat Sidik, Beni, Enggi, Raul akhir
nya kita wisuda bareng juga ya.....**

**Buat teman d kos PW, jan ba koa juo lai, rajin2 kulia kana amak di
kampuang.....**

**Dan buat Jhony yang telah membimbing saya dalam pembuatan
skripsi. Inshaallah saya tak akan melupakan semua jasa serta
pengorbanan yang telah di berikan untuk saya....!mudahan2 tes
polisi nya lancar2 ya Jhon, kalau jadi polisi jan lupo smo awak
ndak.....!!!.....makasih ya Jhon.....!!!**

**“Bukan perpisahan yang kutangisi, tapi pertemuan lah yang
kusesali. Buat namanya yang ‘ga disebutkan, Maaf y...!!!**



Alfitra, S.Si

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan ilmiah yang lazim.

Padang, Februari 2012

Yang menyatakan,



Alfitra

NIM. 85785

ABSTRAK

Alfitra (2012) : Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan dengan Ketepatan *Smash* Pemain Bola Voli Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih lemahnya kemampuan *smash* pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan, diduga hal ini disebabkan rendahnya daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan dan rendahnya koordinasi mata-tangan pemain bola voli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot lengan dengan ketepatan *smash*, hubungan antara mata-tangan dengan ketepatan *smash* dan mengetahui keeratannya hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *smash*.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional untuk melihat hubungan antara variabel X terhadap variabel Y. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 30 orang. Dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan November-Desember 2011, bertempat di lapangan bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan dengan ketepatan *smash* yaitu $t_{hitung} = 4,78 > t_{tabel} = 1,70$ dengan nilai $r = 0,67$, (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *smash* yaitu $t_{hitung} = 4,09 > t_{tabel} = 1,70$ dengan nilai $r = 0,61$, (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama dengan ketepatan *smash* yaitu $f_{hitung} = 12 > f_{tabel} = 3,35$ dengan nilai $R = 0,69$.

Kata Kunci : *Daya Ledak Otot Lengan, Koordinasi Mata-Tangan, dan Ketepatan Smash*

KATA PENGANTAR

Berkat rahmat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Ketepatan *Smash* Pemain Bola Voli Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan”** dapat diselesaikan dengan baik. Kegunaan skripsi ini adalah sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk menamatkan perkuliahan dengan mendapatkan gelar Sarjana Sains (S.Si) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini juga melibatkan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu bagi penulis. Oleh karenanya, pada lembaran ini penulis mengucapkan terima kasih yang tiada terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Z. Mawardi Efendi, M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Bapak Drs. Didin Tohidin, M.Kes AIFO, selaku Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan sekaligus sebagai tim penguji yang telah menyetujui penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Abu Bakar selaku Pembimbing I dan Bapak Drs. Zuhilmi selaku Pembimbing II yang tanpa lelah dan penuh kesabaran dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Drs. Didin Tohidin, M.Kes AIFO, dan Bapak Drs. Rasyidin kam, serta Bapak Anton Komaini, S.Si, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan kritikan dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
6. Bapak/Ibu Dosen dan Karyawan Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Pengurus, pelatih dan pemain bola voli SMAN 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan yang telah memberikan waktu dan kesempatan serta motivasi dalam pembuatan skripsi ini.
8. Teman-teman mahasiswa FIK UNP yang telah memberikan moril dan materil dalam menyelesaikan skripsi ini.

Atas semua bantuan yang telah diberikan kepada penulis, semoga Allah SWT senantiasa membalasnya dengan kebaikan. Amin.

Padang, Januari 2012

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Landasan Teori	7
1. Permainan Bolavoli	7
2. Daya Ledak Otot Lengan	12
3. Koordinasi Mata-Tangan.....	14
4. Ketepatan <i>Smash</i>	17
B. Kerangka Konseptual	20
C. Hipotesis Penelitian.....	22

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	23
B. Populasi dan Sampel	23
C. Jenis dan Sumber Data	24
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	24
E. Teknik Analisis Data.....	28

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	30
B. Pengujian Persyaratan Analisis	34
C. Pembahasan	39

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	47
B. Saran	47

DAFTAR PUSTAKA	49
-----------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik <i>Smash</i>	20
2. Kerangka Konseptual	21
3. Pelaksanaan Tes Daya Ledak Otot Lengan dengan <i>Medicine Ball</i>	25
4. <i>Ball Weifen Und-Fangen Test</i>	27
5. Sasaran <i>Smash Diagonal</i> dan <i>Frontal</i>	28
6. Histogram Daya Ledak Otot Lengan.....	31
7. Histogram Koordinasi Mata-Tangan.....	32
8. Histogram Ketepatan <i>Smash</i>	34
9. Pelaksanaan Tes Daya Ledak Otot Lengan dengan <i>Medicine Ball</i>	63
10. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Tangan	64
11. Pelaksanaan Tes Ketepatan <i>Smash</i>	65
12. Peneliti Bersama Sampel Sesudah Penelitian.....	66

DAFTAR TABLE

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Variabel Daya Ledak Otot Lengan (X_1)	30
2. Distribusi Frekuensi Variabel Koordinasi Mata-Tangan (X_2).....	32
3. Distribusi Frekuensi Variabel Ketepatan <i>Smash</i> (Y).....	33
4. Uji Normalitas Data dengan Uji Lilliefours	35
5. Analisis Korelasi Antara Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan <i>Smash</i> (X_1 - Y).....	36
6. Analisis Korelasi Antara Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan <i>Smash</i> (X_2 - Y)	37
7. Analisis Korelasi Antara Daya Ledak Otot Lengan, Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan <i>Smash</i> ($X_{1,2}$ - Y).....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Daya Ledak Otot Lengan (X_1)	51
2. Data Mentah Koordinasi Mata-Tangan (X_2).....	52
3. Data Mentah Ketepatan <i>Smash</i> (Y).....	53
4. Data Lengkap Hasil Tes Daya Ledak Otot Lengan, Koordinasi Mata-Tangan dan Ketepatan <i>Smash</i>	54
5. Tabel Persiapan Perhitungan Data	55
6. Uji normalitas Variabel X_1	56
7. Uji normalitas Variabel X_2	57
8. Uji Normalitas Variabel Y	58
9. Perhitungan Koefisien Korelasi Sederhana.....	59
10. Perhitungan Koefisien Korelasi Ganda.....	62
11. Daftar Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z	63
12. Daftar XIX (11) Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	64
13. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i>	65
14. Dokumentasi	66

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ilmu pengetahuan dan teknologi sebagai dasar dari aspek pembinaan olahraga, sudah merupakan bagian integral dari proses pembinaan olahraga. Membentuk atlet yang handal tidak lagi mampu dilakukan dengan cara-cara tradisional, oleh karenanya cara pembinaan dengan menggunakan ilmu pengetahuan dan teknologi sudah saatnya dimanfaatkan untuk mengubah pola pembinaan olahraga dengan konsep modernisasi.

Menurut Undang-Undang No 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional, pasal 4 tentang dasar, fungsi, dan tujuan olahraga yaitu :

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

Berdasarkan kutipan di atas dapat diketahui bahwa olahraga merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, meningkatkan kebugaran, serta olahraga juga dapat menjadi sarana untuk membina persatuan dan kesatuan bangsa memperkuat ketahanan nasional serta mengangkat harkat dan martabat bangsa di mata dunia melalui prestasi yang diraih dalam suatu cabang olahraga.

Sumatera Barat merupakan salah satu Provinsi yang ada di Indonesia yang sangat peduli terhadap pembinaan olahraga, secara berkesinambungan dengan tujuan mendapatkan bibit berpotensi yang siap membawa nama daerah

di tingkat nasional maupun internasional. Hal ini ditandai dengan adanya kejuaran-kejuaran yang diselenggarakan seperti Pekan Olahraga Provinsi, open turnamen dan kejuaraan lainnya.

Pesisir Selatan salah satu Kabupaten di Sumatera Barat juga ikut mengembangkan dan melakukan pembinaan olahraga, untuk mempersiapkan pemain untuk mengikuti kejuaran-kejuaran yang diselenggarakan di tingkat Daerah, Kabupaten/Kota. Cabang olahraga bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang mendapat perhatian banyak orang dalam pengembangan dan pembinaannya dan sering mengikuti pertandingan antar daerah, Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Barat.

Namun prestasi pemain bolavoli di Pesisir Selatan belum menunjukkan hasil yang memuaskan, hal ini dapat dilihat pada hasil Pekan Olahraga Provinsi yang lalu belum memperlihatkan prestasi yang memuaskan seperti yang di harapkan. Hal ini dapat dilihat pada POPDA di Kabupaten Pesisir Selatan di Painan. Untuk dapat meraih dan mencapai prestasi dalam suatu cabang olahraga, perlu dilakukan kerjasama yang terarah dan memperhatikan segala aspek yang ikut mendukung tercapainya prestasi tersebut. Diantara kegiatan olahraga yang dilaksanakan tersebut harus dilakukan secara terprogram, terarah, dan berkesinambungan. Serta penerapan disiplin diri dalam melakukan dan menekuni sebuah olahraga.

Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan Bolavoli adalah *smash*. Hal ini senada dengan Mulyana (2002:122) mengatakan bahwa, “kemampuan *smash* merupakan salah satu syarat yang harus dikuasai oleh setiap pemain untuk melakukan serangan sehingga mendapatkan angka dan meraih kemenangan”.

Smash merupakan elemen serangan terpenting dan merupakan modal untuk mendapatkan angka dalam permainan bolavoli. *Smash* adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, jalan bolanya menukik. menurut Ahmadi, (2007:31) ” *Smash* pukulan yang utama dalam penyerangan untuk mencapai kemenangan, kebanyakan tim memperoleh sebagian besar angkanya melalui *spiker* yang baik”. Viera dkk (2004:71) “pada waktu serangan perlu memperhatikan pemain lawan terutama *blocker*. *Spiker* harus memiliki daya ledak, daya tahan lompatan, koordinasi gerak dan kekuatan pukulan”.

Berdasarkan kutipan di atas, untuk dapat memiliki kemampuan *smash* yang baik, banyak faktor yang mempengaruhinya diantaranya adalah faktor mental penguasaan teknik, ketepatan pukulan, tinggi raihan, teknik lambungan bola dan faktor kondisi fisik seperti daya ledak otot lengan, kelentukan tubuh, koordinasi gerakan, daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan.

Di samping itu, koordinasi mata-tangan juga diperlukan agar bola yang di *smash* dapat terarah ke daerah yang kosong dan lawan juga dapat menghindari dari bendungan/*block* lawan. Koordinasi mata-tangan dalam permainan bolavoli yang menggunakan aktivitas otot tangan yang berorientasi terhadap target sasaran dari gerakan tersebut. Salah satu aktivitas otot tangan yang berorientasi dengan target sasaran yaitu gerakan memukul dalam melakukan *smash* .

Prestasi dapat dicapai bila didukung oleh kemampuan kondisi fisik, kemampuan teknik strategi, mental. Syafruddin (1995:5) menyatakan bahwa “kondisi fisik merupakan kemampuan salah satu kemampuan dasar yang harus

dimiliki oleh setiap pemain bila ingin meraih prestasi tinggi”. Hal ini senada juga dikatakan oleh Yunus (1992:61) bahwa “persiapan fisik harus di pandang sebagai hal yang penting dalam latihan untuk mencapai prestasi yang tinggi”.

Jadi jelaslah kondisi fisik yang baik merupakan syarat penting dalam mencapai prestasi karena bagaimanapun baiknya teknik yang dimiliki oleh seorang atlet tanpa diimbangi kemampuan fisik yang baik pula. Selain itu, untuk mencapai prestasi yang tinggi juga banyak faktor yang mempengaruhi diantaranya teknik yang dimiliki pada cabang tersebut dan kriteria postur tubuh yang dibutuhkan oleh masing-masing cabang olahraga. Selain itu juga dana, sarana dan prasarana, pelatih juga mempengaruhi terhadap pencapaian prestasi yang baik. Dalam cabang olahraga bolavoli postur tubuh merupakan hal menentukan, selain teknik permainan yang harus dimiliki oleh atlet.

Dari beberapa uji coba yang dilakukan maupun dalam suatu pertandingan yang peneliti lihat di lapangan, pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan masih memiliki kelemahan dan kekurangan dalam melakukan *smash*, seperti lemahnya daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kurangnya koordinasi mata-tangan dalam melakukan *smash*, lemahnya kekuatan otot lengan, kurangnya kecepatan gerak tangan, serta mental dan emosional atlet saat melakukan *smash*, hal ini terlihat bahwa pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan belum bisa meraih hasil yang memuaskan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan

terhadap ketepatan *smash* dalam permainan bolavoli”. Dengan adanya penelitian ini tentu akan memberi manfaat bagi peningkatan prestasi atlet bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan khususnya.

B. Identifikasi masalah

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

1. Daya ledak otot tungkai.
2. Kekuatan otot lengan.
3. Kecepatan gerak tangan.
4. Daya ledak otot lengan.
5. Koordinasi mata tangan.

C. Pembatasan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan mengingat waktu, dana dan keahlian yang penulis miliki, maka dalam penelitian ini penulis hanya melihat hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *smash* pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas dapat di rumuskan permasalahan sebagai berikut: “apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *smash* pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan antara daya ledak otot lengan dengan ketepatan *smash* pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *smash* pemain bola voly SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Hubungan antara daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan secara bersamaan dengan ketepatan *smash* pemain bolavoli SMA Negeri 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.

F. Kegunaan Penelitian

1. Syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Untuk menambah wawasan peneliti dan pengalaman dalam penelitian, khususnya pada cabang olahraga bolavoli.
3. Sebagai pedoman pertimbangan bagi pelatih bolavoli dalam meningkatkan prestasi pemainnya.
4. Sebagai pedoman dan pertimbangan bagi kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penelitian selanjutnya.
5. Sebagai referensi tambahan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan perpustakaan Universitas Negeri Padang.