

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT LENGAN DAN KELENTUKAN
TUBUH DENGAN KETERAMPILAN SERVIS ATAS BOLAVOLI
SISWA SMA NEGERI 6 PADANG**

SKRIPSI

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



Oleh
HUWUZATULO LAIA
NIM. 06659

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

PERSETUJUAN SKRIPSI

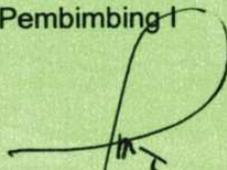
HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT LENGAN DAN KELENTUKAN TUBUH DENGAN KETERAMPILAN SERVIS ATAS BOLAVOLI SISWA SMA NEGERI 6 PADANG

Nama : Huwuzatulo Laia
NIM : 06659
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2012

Disetujui Oleh

Pembimbing I



Drs. Syafrizar, M.Pd
NIP. 19600919187031003

Pembimbing II



Drs. Ali Umar, M.Kes
NIP. 19550309198631006

Mengetahui:
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

PENGESAHAN

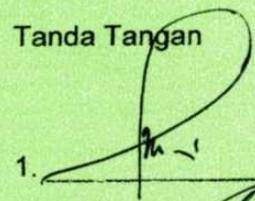
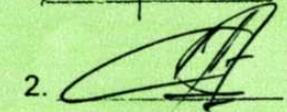
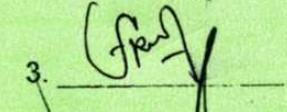
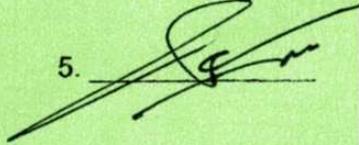
Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Hubungan daya ledak Otot Lengan Dan Kelenturan Tubuh
Dengan Keterampilan Servis Atas Bolavoli Siswa SMA Negeri 6
Padang

Nama : Huwuzatulo Laia
NIM : 06659
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2012

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Syafrizar, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	Drs. Ali Umar, M.Kes	2. 
3. Anggota	Drs. Erianti, M. Pd	3. 
4. Anggota	Drs. Zarwan, M. Kes	4. 
5. Anggota	Drs. Kibadra	5. 

SEUNTAI LIRIK MUTIARA"

"Kita ini adalah mutiara, yang dikeluarkan dari dasar laut yang sangat asin, tapi bukankah mutiara itu sangat cantik dan sangat mahal???"

Buat orang-orang yang Qucintai, mutiara dihatiku...

Tertatih menata hidup, sejak kecil selalu ada keyakinan untuk meraih segalanya, meski tak semudah yang dibayangkan saat jatuhQu berusaha bangkit lagi, sebab "Tuhan" tidak akan merubah nasib suatu kaum kecuali kaum itu sendiri yang merubahnya". Selagi kaki masih kuat berdiri, meski tajam dan berduri, akan kutapaki...syukur yang tiada henti atas segalanya, terimakasih ya Allah...rahmatmu, ujianmu, masih kau beri aQu kesempatan membuktikan kalau aQu bisa menatap masa depan,...

"Thank You So Much Father n Mather

Tak mudah bagimu menjalani semua ini, membesarkan putramu dengan berbagai perjuangan, ikhlas dengan semua yang kita miliki,tapi kau punya cinta dan kasih sayang yang tak terkalahkan....

Qupersembahkan sebuah karya kecil ini buat kedua orang tuaku tercinta,

Papa...mama...semua ini mungkin belum mampu membalas tetes keringat yang kau korbankan demi anakmu, air matamu mengiringi perjuanganQu selama ini, tegar hatimu menguatkanQu meraih sekeping cita-cita, tanpamu Qu tak mampu melangkah, senyummu yang selalu membuatQu tegar, doamu yang selalu menjadi semangatQu.....I Lov3 U ...

"Thank You to All Bother n Sister"

Buat kakakQu tercinta "Yanuar Laia, Bedizaro Laia, S.S, , , Litiami laia, Sitiami Laia, Dina'ami Laia, Srious Laia, Sastri Daeli, S.Si yang selalu jadi mentari hatiku, menuntun langkahQu yang tertatih-tatih... dan seluruh keluarga besarQu....terima kasih atas dukungannya....

"Thank You So much For My Mother n Sister in Padang"

Terima kasih yang tiada terkira Huwu ucapkan buat mama, Mama adalah yang terbaik dan cerdas yang pernah Huwu temui, tiada hari tanpa perintah tapi itu demi meraih masa depan Qu, itulah charisma yang selalu huwu kagumi dari mama.....

Tuk Saudari Qu... Sekecil apapun kenangan pernah ternoda oleh kesalahan tetep tidak akan terganggu sampai kapanpun, itulah yang kita bangun selama ini, terima kasih bantuanmu saudariqu"Ester Zagõtõ" Kamu adalah orang yang menjadi temanqu sewaktu aqu menyelesaikan tugasqu ini, air mata, tawa, marah, sedih, semuanya kita ukir tanpa batasan waktu....

"Thank You Somuch For My Teacher"

Terima kasih yang tiada terkira ananda ucapkan buat Bapak Drs.Syafirizar, M.Pd (Dosen Pembimbing I). Bapak adalah guru terbaik dan tercerdas yang pernah saya temui, tiada waktu tanpa ide, itulah kharisma yang selalu saya kagumi darimu. Juga buat Bapak Drs. Ali Umar, M.Kes, (Dosen Pembimbing II), dengan kesabaran Bapak membimbing saya, mungkin saya belum tentu bisa meraih gelar S.Pd ini. Ibu Erianti, M.Pd (Sebagai penguji) Ibu adalah guru yang baik dan tercerdas yang pernah saya temui. (Buat Bapak dan Ibuk dosen Penjaskes. Rek yang tidak dapt disebutkan namanya

satu demi satu, terima kasih yang tiada terkira atas limpahan ilmunya, semoga dibalasi di surga oleh Tuhan yang maha kuasa

Thank you "For My man and Girl Friend"

Tak ada perjuangan tanpa kehadiranmu teman, tak ada keharuan tanpa ada air mata yang pernah kita teteskan, kita berjuang untuk meraih apa yang kita cita-citakan... hari ini aku buktikan semua itu, aQu tunjukkan bahwa aQu mampu menepati janjiQu..teruntuk sahabatQu Sandi, Refli warman, Novri Rinaldi, Mulawarman, Dido P, Lizwardi, Afif, Sugitok Arinto, Ade putra, Donal M., Dewi Purnama Sari, Fitri Melinda, Afni, Yusnetty kita sama2 pernah lelah menghadapinya, tapi dengan kebersamaan kita bisa mencapai finish..thanks so much...

By

Huwuzatulo Laia, S. Pd

ABSTRAK

Huwuzatulo Laia, (06659) : Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan Tubuh Dengan Keterampilan Servis Atas Bolavoli Siswa SMA Negeri 6 Padang

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya keterampilan servis atas yang dilakukan oleh siswa SMA Negeri 6 Padang. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya masalah tersebut diantaranya adalah daya ledak otot lengan dan kelentukan tubuh. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan daya ledak otot lengan dan kelentukan tubuh dengan keterampilan servis atas siswa SMA Negeri 6 Padang.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa yang ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA Negeri 6 Padang yang berjumlah sebanyak 30 orang. Dengan rincian 15 orang siswa putera dan 15 orang siswa puteri Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. variabel daya ledak otot lengan menggunakan tes *two hand medicine ball put* dan Kelentukan tubuh menggunakan tes *flexiometer*. Sedangkan keterampilan servis atas menggunakan tes keterampilan servis atas. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa daya ledak otot lengan tidak mempunyai hubungan dengan keterampilan servis atas, karena ditemukan $r_{hitung} 0,462 < r_{tabel} 0,514$ untuk siswa putera dan $r_{hitung} 0,222 < r_{tabel} 0,514$ untuk siswa puteri. Selanjutnya kelentukan tubuh tidak mempunyai hubungan dengan keterampilan servis atas karena ditemukan $r_{hitung} -0,337 < r_{tabel} 0,514$ untuk siswa putera dan diperoleh $r_{hitung} 0,074 < r_{tabel} 0,514$.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan Tubuh Dengan Keterampilan Servis Atas Bolavoli Siswa SMA Negeri 6 Padang”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. 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.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
3. Drs. Syafrizar, M.Pd dan Drs. Ali Umar, M.Kes, yang telah bersedia untuk memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan kepada penulis sehingga skripsi ini bisa dikerjakan.

4. Drs. Zarwan, M.Kes, Drs. Kibadra Dra. Erianti, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Pihak sekolah SMA Negeri 6 Padang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dan melibatkan siswa dalam pengambilan data penelitian
6. Kedua orang tua yang selalu sabar dalam mendidik, memenuhi semua kebutuhan penulis berupa materiil dan memberikan dukungan secara moril sehingga penulis bisa menyelesaikan penulisan skripsi.
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, Mei 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
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	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	
1. Daya Ledak Otot Lengan	9
2. Kelentukan Tubuh.....	12
3. Keterampilan Servis Atas.....	15
B. Kerangka Konseptual.....	26
C. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel	29
D. Jenis dan Sumber Data.....	30
E. Defenisi Operasional.....	31
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	31
G. Teknik Analisa Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	
1. Variabel Daya Ledak Otot Lengan Siswa Putera.....	37

2. Variabel Keterampilan servis atas Siswa Puteri.....	39
3. Variabel Kelentukan Tubuh Siswa Putera.....	40
4. Variabel Keterampilan servis atas Siswa Puteri.....	42
5. Variabel Keterampilan servis atas Siswa Putera	44
6. Variabel Keterampilan servis atas Siswa Puteri.....	45
B. Uji Persyaratan Analisis	47
C. Uji Hipotesis	48
D. Hasil Penelitian dan Pembahasan	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	30
2. Sampel Penelitian.....	30
3. Distribusi Hasil Data Daya Ledak Otot Lengan Siswa Putera.....	37
4. Distribusi Hasil Data Daya Ledak Otot Lengan Siswa Puteri.....	39
5. Distribusi Hasil Data Kelentukan Tubuh Siswa Putera	41
6. Distribusi Hasil Data Kelentukan Tubuh Siswa Puteri	42
7. Distribusi Hasil Data Keterampilan servis atas Siswa Putera	44
8. Distribusi Hasil Data Keterampilan servis atas Siswa Puteri	46
9. Rangkuman Uji Normalitas Data	47
10. Rangkuman Koefisien Korelasi Antara X_1 dengan Y	49
11. Rangkuman Koefisien Korelasi Antara X_2 dengan Y	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Floating Overhand Service</i>	18
2. Kerangka Konseptual	27
3. Tes <i>Two Hand Ball Medicine Ball Put</i>	32
4. Tes Flexiometer.....	33
5. Bentuk dan Ukuran Instrumen Tes Servis Bolavoli.....	34
6. Histogram Frekuensi Daya Ledak Otot Lengan Siswa Putera.....	38
7. Histogram Frekuensi Daya Ledak Otot Lengan Siswa Puteri.....	40
8. Histogram Frekuensi Kelentukan Tubuh Siswa Putera	41
9. Histogram Frekuensi Kelentukan Tubuh Siswa Puteri.....	43
10. Histogram Keterampilan Servis Atas Siswa Putera	45
11. Histogram Keterampilan Servis Atas Siswa Puteri	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Penelitian	60
2. Uji Normalitas Variabel Daya Ledak Otot Lengan	61
3. Uji Normalitas Variabel Kelentukan Tubuh	62
4. Uji Normalitas Variabel Keterampilan servis atas	63
5. Uji Hipotesis X_1 dan Y	64
6. Uji Hipotesis X_2 dan Y	65
7. Tabel Luas Standar Normal	66
8. Tabel Uji Lilliefors	67
9. Tabel Nilai r Product Moment	68
10. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP	69
11. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari SMA Negeri 6 Padang	70
12. Dokumentasi Penelitian	71

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Melalui pendidikan diharapkan bangsa Indonesia dapat mengejar ketinggalannya dalam segala bidang agar sejajar dengan bangsa lain yang lebih maju. Pentingnya pendidikan bagi manusia dapat kita lihat dalam undang-undang RI No. 20 Tahun 2003 dengan jelas dicantumkan bahwa fungsi dan tujuan pendidikan adalah sebagai berikut:

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan keterampilan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa melalui pendidikan potensi anak didik dapat dikembangkan sehingga menjadi manusia yang bermartabat, berwatak mulia dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Di samping itu diharapkan peserta didik menjadi pribadi-pribadi yang kreatif, cakap, berilmu, mandiri dan bertanggung jawab bagi dirinya sendiri, orang lain dan Negara. Untuk mewujudkan ini tentunya di perlukan usaha dan upaya dari dinas pendidikan, sekolah, guru sebagai penyelenggara pendidikan dan orang tua serta masyarakat.

Salah satu pendidikan yang ada dalam kurikulum di semua jenjang pendidikan, baik di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah

Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjasorkes). Proses pendidikan dapat dilaksanakan melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler di sekolah. Dalam kegiatan intrakurikuler pengembangannya berpedoman pada kurikulum pendidikan yang termuat dalam masing-masing mata pelajaran yang telah diatur menurut jadwal waktu dan materi yang telah ditetapkan. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilangsungkan pada jam atau jadwal waktu tertentu diluar jam pelajaran untuk menunjang pencapaian tujuan pendidikan di sekolah.

Menurut Slameto (1991:39). "kegiatan ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan untuk memperluas pengetahuan dan menambah keterampilan siswa, mengenal hubungan antar berbagai objek mata pelajaran, menyalurkan minat, bakat, menunjang pencapaian tujuan intrakurikuler, serta melengkapi usaha pembinaan manusia seutuhnya". Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan wahana bagi usaha pembinaan dan pengembangan minat, bakat, kreatifitas serta untuk keterampilan siswa untuk menunjang pencapaian berbagai tujuan pendidikan di sekolah.

Di antara kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SMA Negeri 6 Padang yaitu cabang olahraga permainan bolavoli. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli ini pelaksanaannya dilaksanakan dua kali dalam

satu minggu yaitu tiap hari Kamis dan Sabtu sore diikuti sebanyak 30 orang siswa-siswi, dan dibimbing oleh guru penjasorkes. Tujuan dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli ini adalah agar siswa-siswi yang memiliki bakat dan minat dapat dibina dan dilatih, sehingga diharapkan mereka memiliki prestasi dalam cabang olahraga bolavoli yang menjadi pilihan mereka.

Untuk mencapai prestasi dalam cabang olahraga bolavoli tentunya siswa tersebut harus memiliki kemampuan, baik kemampuan kondisi fisik maupun kemampuan teknik. Teknik yang ada dalam permainan bolavoli adalah teknik passing, servis, *smash* dan *block*. Teknik servis merupakan pukulan pembuka untuk memulai suatu permainan. Menurut Viera dalam Erianti (2009:13) teknik servis terdiri dari dua yakni: servis bawah (*underhand service*) dan servis atas. Servis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah servis atas, karena siswa tertarik melakukan servis atas, baik dalam latihan maupun dalam pertandingan.

Banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan seseorang dalam melakukan servis atas bolavoli dengan baik dan benar, sehingga dengan servis atas yang baik akan dapat memperoleh angka untuk mencapai kemenangan. Diantara faktor tersebut adalah teknik lambungan bola pada saat melakukan servis, daya ledak otot lengan, perkenaan bola dengan tangan yang memukul bola, kelentukan tubuh, koordinasi mata-tangan, konsentrasi siswa pada saat melakukan

servis atas, dan emosional siswa pada saat melakukan servis atas siswa .

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhinya keterampilan yang seseorang dalam melakukan servis atas. Dalam arti lain untuk dapat melakukan keterampilan teknik servis atas dengan baik dan benar banyak variabel saling mempengaruhi. Oleh sebab itu seorang siswa harus memenuhi tuntutan variabel-variabel yang telah diuraikan tersebut di atas, begitu juga keterampilan servis atas bolavoli siswa di SMA Negeri 6 Padang. Semakin baik keterampilan teknik servis atas yang dimiliki siswa, semakin mengurangi masalah yang mungkin muncul dalam permainan atau dalam pertandingan.

Berdasarkan observasi dan pengamatan sementara yang penulis lakukan di lapangan sebagai guru Praktek Lapangan (PL) mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjasorkes), banyak siswa yang kurang terampil dalam melakukan servis atas. Hal ini penulis lihat pada saat siswa latihan dilapangan, servis atas yang mereka lakukan sering bolanya menyangkut di net dan bola jatuh dilapangan sendiri. Kemudian ada juga siswa melakukan servis atas masuk ke lapangan lawan, namun bolanya dengan mudah diterima oleh pemain lawan. Selanjutnya kadang-kadang hasil pukulan bolanya melenceng dan tidak masuk dalam lapangan lawan. Pada hal servis atas merupakan salah satu teknik dalam permainan bolavoli ditinjau

dari sudut taktik sudah merpakan serangan awal untuk memperoleh angka.

Berdasarkan uraian di atas, maka jelaslah bahwa keterampilan servis atas bolavoli yang dilakukan siswa SMA Negeri 6 belum begitu baik, atau dapat diartikan masih rendahnya keterampilan servis atau bolavoli siswa. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penuls ingin melakukan suatu penelitian tentang keterampilan servis atas, dua variabel yang diduga menyebabkan rendahnya keterampilan servis atas bolavoli siswa tersebut yaitu mungkin daya ledak otot lengan dan kelentukan tubuh yang belum baik. Penelitian ini nantinya dapat dijadikan sebagai salah satu solusi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi pada siswa dalam meningkatkan keterampilan teknik servis atas, karena servis atas merupakan serangan awal untuk memperoleh angka atau poin dan mencapai kemenangan dalam suatu. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan dengan Keterampilan Servis Atas Bolavoli Siswa SMA Negeri 6 Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 tersebut, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. Daya ledak otot lengan

2. Perkenaan bola dengan tangan
3. Koordinasi mata-tangan
4. Teknik lambungan bola
5. Kelentukan tubuh
6. Konsentrasi
7. Penguasaan teknik
8. Emosional atlet

C. Batasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 Padang dan keterbatasan dana, tenaga serta waktu yang tersedia, maka dalam penelitian ini dibatasi yaitu:

1. Daya ledak otot lengan
2. Kelentukan tubuh

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan dengan keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 Padang

2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan tubuh dengan keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 Padang
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot lengan dan kelentukan secara bersama-sama dengan keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 Padang

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan:

1. Daya ledak otot lengan dengan keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 Padang.
2. Kelentukan tubuh dengan keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 Padang.
3. Daya ledak otot lengan dan kelentukan tubuh secara bersama-sama dengan keterampilan servis atas bolavoli siswa SMA Negeri 6 Padang

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis sendiri, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP, sebagai bahan bacaan di Perpustakaan

3. Peneliti selanjutnya, sebagai referensi dan masukan dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
4. Guru penjas pembimbing kegiatan ekstrakurikuler cabang olahraga bolavoli, sebagai pedoman dalam meningkatkan kondisi fisik dan keterampilan teknik permainan bolavoli.
5. Kepala Sekolah sebagai bahan pertimbangan dan masukan dalam rangka mengembangkan dan pembinaan olahraga prestasi di sekolah.
5. Siswa sebagai bahan masukan bahwa pentingnya latihan kondisi fisik seperti daya ledak otot lengan dan kelentukan tubuh dalam meningkatkan keterampilan servis atas.