

ABSTRAK

HUBUNGAN POWER OTOT LENGAN TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3 KETAPANG

Oleh:

Agung Setiawan

NIM 411710021

Agungsetiawaaaaan@gmail.com

Penelitian ini merupakan penelitian hubungan power otot lengan terhadap kemampuan servis bawah permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA N 3 Ketapang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dengan bentuk penelitian korelasional. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 30 orang siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik tes dan pengukuran serta teknik observasi langsung. Alat pengumpul data yang digunakan dalam mengukur power otot lengan adalah tes Two-Hand Medecine Ball Put dan untuk mengukur kemampuan servis bawah permainan bola voli menggunakan tes keterampilan bola voli. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif dan korelasi. Untuk menjawab rumusan masalah menggunakan statistik deskriptif. Berdasarkan dari hasil pengolahan data hubungan power otot lengan terhadap kemampuan servis bawah permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA N 3 Ketapang, berada dikategori sedang dengan nilai rata-rata power otot lengan 50 dan kemampuan servis bawah permainan bola voli 50,27.

Kata kunci: *Power Otot Lengan, Servis Bawah Bola Voli*

RINGKASAN SKRIPSI

Skripsi ini berjudul Hubungan Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Bawah Permainan Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA N 3 Ketapang. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana power otot lengan dan kemampuan servis bawah permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Ketapang.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan bentuk penelitian korelasional. Tehnik pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran serta teknik observasi langsung. Kemudian data analisis dengan cara deskriptif dan korelasi dengan alat pengumpul data yang digunakan dalam mengukur power otot lengan adalah tes Two-Hand Medecine Ball Put dan untuk mengukur kemampuan servis bawah permainan bola voli menggunakan tes keterampilan bola voli. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 siswa ekstrakurikuler SMA N 3 Ketapang dengan menggunakan teknik *total sampling*.

Berdasarkan dari hasil penelitian tentang hubungan power otot lengan terhadap kemampuan servis bawah permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA N 3 Ketapang. Nilai power otot lengan dengan nilai rata-rata 50. Nilai kemampuan servis bawah permainan bola voli dengan nilai rata-rata 50,27.

Kesimpulan dari hasil penelitian berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara power otot lengan terhadap kemampuan servis bawah permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA N 3 Ketapang berada di kategori korelasi lemah dengan nilai 0,399 dengan rentang nilai 0,21 sampai dengan 0,40.

Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti memberikan saran sebagai berikut: Bagi siswa SMA Negeri 3 Ketapang hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat bagi siswa agar kedepannya dapat lebih mengembangkan kemampuan yang dimiliki khususnya ketepatan dalam melakukan servis bawah dalam permainan bola voli. Bagi guru agar siswa yang mengikuti ekstrakurikuler lebih ditingkatkan lagi terhadap power otot lengan agar dalam melakukan servis bawah permainan bola voli menjadi lebih baik. Bagi peneliti ataupun mahasiswa Pendidikan jasmani IKIP-PGRI Pontianak, agar dengan adanya penelitian ini dapat mengadakan penelitian-penelitian yang baru dengan variabel-variabel lainnya dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungannya variabel lain terhadap kemampuan servis bawah permainan bola voli.