

**HUBUNGAN ANTARA PANJANG TUNGKAI,TINGGI RAIHAN, DAN
POWEROTO-OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN
OPENSMAHSISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER
BOLAVOLIDI SMP NEGERI 2WONOTUNGAL BATANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

Rengga Purwo Widikdo
08601244101

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2012

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA PANJANG TUNGKAI, TINGGI RAIHAN, DAN POWER OTOT- OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN OPEN SMASH SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMP NEGERI 2 WONOTUNGGAL BATANG” . Ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 2 Juli 2012
Pembimbing



Jaka Sunardi, M.Kes
NIP. 19610731 199001 1001

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 karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 3 Juli 2012
Yang menyatakan,



Rengga Purwo Widikdo
NIM 08601244101

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Panjang Tungkai, Tinggi Raihan, dan Power Otot-otot Lengan dengan Kemampuan *Open Smash* Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli di SMP Negeri 2 Wonotunggal Batang” yang disusun oleh Rengga Purwo Widikdo, NIM 08601244101 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 19 Juli 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Jaka Sunardi, M. Kes	Ketua Penguji		13/8-12
Aris Fajar P, M. Or	Sekretaris Penguji		10/8-2012
Hari Yulianto, M. Kes	Penguji (Utama)		8/8-2012
R Sunardianta, M. Kes	Penguji (Pendamping)		13/8/2012

Yogyakarta, Agustus 2012
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan


Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

1. Menulislah, selama engkau tidak menulis,
engkau akan hilang dari masyarakat dan pusaran sejarah.

(Pramoedya Ananta Toer)

2. Kemalasan adalah kuburan bagi orang hidup.
3. Percaya pada diri sendiri adalah rahasia utama untuk mencapai sukses.
4. Jangan mengeluh, tetapi berusahalah yakin.
5. Disamping berdoa selalu sabar dan berusaha.
6. Selalu ada jalan apabila kita tetap bersama-NYA.

PERSEMBAHAN

Hasil karya yang amat sederhana ini, dipersembahkan kepada orang-orang yang beradadalamhati penulis :

1. Orang tuaku, Bapak Suharjo dan Ibu Kaelok Rochendah yang saya hormati selalu sabar membimbing dan mendorong dengan penuh kasih sayang yang tidak bisa tergantikan oleh apapun dan siapa saja yang menyertai di manapun aku berada.
2. Adikku Anggit Susilo dan Wisnu Fitriawan tercinta, yang senantiasa memberi semangat dan terus mendukung saya untuk terus berusaha.
3. Ibu Kustiningsih dan Farida Amur tersayang, yang senantiasa menjadi motivator saya.

**HUBUNGAN ANTARA PANJANG TUNGKAI, TINGGI RAIHAN, DAN
POWER OTOT-OTOT LENGAN DENGAN KEMAMPUAN OPEN SMASH
SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP
NEGERI 2 WONOTUNGGA BATANG**

Oleh:

Rengga Purwo Widikdo
08601244101

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara panjang tungkai, tinggi raihan, dan power otot-otot lengan dengan kemampuan *open smash* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 2 Wonotunggal Batang.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional menggunakan metode survey dengan instrumen berupa tes dan pengukuran. Populasi yang digunakan adalah siswa SMP Negeri 2 Wonotunggal Batang yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli yang berjumlah 26 anak. Variabel yang digunakan adalah panjang tungkai, tinggi raihan, dan power otot-otot lengan dengan kemampuan *open smash*. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment* dan analisis regresi melalui uji prasarat uji normalitas dan uji linieritas.

Hasil penelitian ini yang diperoleh adalah (1) ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan kemampuan *open smash*, hal ini ditunjukkan $r = 0.749$ dengan $p = 0.000$. (2) ada hubungan yang signifikan antara tinggi raihan dengan kemampuan *open smash*, hal ini ditunjukkan $r = 0.887$ dengan $p = 0.000$. (3) ada hubungan yang signifikan antara power otot-otot lengan dengan kemampuan *open smash*, hal ini ditunjukkan $r = 0.724$ dengan $p = 0.000$. (4) ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai, tinggi raihan terhadap kemampuan *open smash* siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Wonotunggal Batang. Hal ini ditunjukkan $R = 0.934$ dengan $p = 0.000$.

Kata kunci: *Panjang tungkai, tinggi raihan, power otot-otot lengan, kemampuan open smash.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala nikmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul “Hubungan Antara PanjangTungkai,Tinggi Raihan, Dan Power Oto-otot Lengan Dengan Kemampuan *openSmash*Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli di SMP Negeri 2Wonotunggal Batang”

Skripsi ini dapat selesai dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., MA., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk mengikuti kuliah di program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi..
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dalam mengurus administrasi penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Amat Komari, M.Si., selaku Ketua Jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan arahan, dan panduan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Jaka Sunardi, M.Kes, selaku pembimbing tugas akhir yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi hingga selama penyusunan skripsi.

5. Bapak Sismadiyanto, M.Pd, selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan nasehat demi kelancaran studi penulis.
6. Bapak Agus Efmanto, S.IP, selaku kepala sekolah SMP Negeri 2 Wonotunggal Batang yang telah memberikan ijin untuk kelancaran penelitian.
7. Bapak Ahmad Rustony, S.Pd., selaku pembina ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 2 Wonotunggal Batang yang telah membantu dalam proses pengambilan data.
8. Bapak dan ibu Suharjo S.Pd sebagai orang tua yang telah memberi semangat, dukungan dan perhatian serta memberikan doanya setiap saat.
9. Bapak/Ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
10. Semua pihak yang turut membantu dalam penelitian ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, Juli 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
1. Secara Teoritis.....	6
2. Secara Praktis	7
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori.....	8
1. Hakikat Permainan Bolavoli.....	8
2. Hakikat Open Smash	9
3. Hakikat Panjang Tungkai	15
4. Hakikat Tinggi Raihan	18
5. Hakikat Power Otot-otot Lengan.....	19
6. Hakikat Siswa Sekolah Menengah Pertama	22
7. Hakikat Ekstrakurikuler Bolavoli.....	24
B. Penelitian yang Relevan.....	25
C. Kerangka Berpikir.....	26
D. Hipotesis Penelitian.....	28
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	30
B. Definisi Operasional Variable Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	32
D. Deskripsi, Waktu Tempat dan Subjek Penelitian.....	32
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Teknik Analisis Data.....	36

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi dan Analisis Data Penelitian	41
B. Hasil Uji Prasyarat	46
C. Pengujian Hipotesis	48
D. Pembahasan	52
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	54
B. Implikasi Hasil Penelitian	54
C. Keterbatasan Penelitian	55
D. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data Statistik Induk.....	41
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Panjang Tungkai	42
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tinggi Raihan	43
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Power Otot-otot Lengan	44
Tabel 5. Distribusi Frekuensi kemampuan Open Smash	45
Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Data.....	47
Tabel 7. Hasil Uji Linieritas.....	48
Tabel 8. Perbandingan Bobot Sumbangan Prediktor	52

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Tahap Lari Menghampiri Bola dalam Smash	11
Gambar 2. Tahap Melompat dalam Smash	12
Gambar 3. Tahap Memukul dalam Smash	13
Gambar 4. Tahap Mendarat dalam Smash	14
Gambar 5. Panjang Tungkai	16
Gambar 6. Panjang Tungkai Atas dan Bawah	17
Gambar 7. Desain Penelitian	30
Gambar 8. Tes Kemampuan Smash	34
Gambar 9. Histogram Frekuensi Panjang Tungkai	42
Gambar 10. Histogram Frekuensi Tinggi Raihan	43
Gambar 11. Histogram Frekuensi Power Otot-otot Lengan	45
Gambar 12. Histogram Frekuensi Kemampuan Open Smash	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran	59
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	60
Lampiran 2. Sertifikat Uji Tera	68
Lampiran 3. Instrumen Penelitian	72
Lampiran 4 Tabel Data Induk.	89
Lampiran 5. Dokumentasin Penelitian	90