

SUMBANGAN DAYA LEDAK OTOT LENGAN BAHU, KEKUATAN OTOT LENGAN BAHU DAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP HASIL JUMPING SERVICE DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA PEMAIN KLUB IVOKAS KABUPATEN SEMARANG TAHUN 2009

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata I untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh:

FIRMAN ANISAH

6301405560

PERPUSTAKAAN UNNES

JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG 2009

SARI

Firman Anisah, 2008. Sumbangan Daya Ledak Otot Lengan Bahu, Kekuatan Otot Lengan Bahu dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Hasil Jumping Service dalam Permainan Bola Voli pada Pemain Klub IVOKAS Kabupaten Semarang Tahun 2009.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah: 1) Apakah ada sumbangan daya ledak otot lengan bahu terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli?, 2) Apakah ada sumbangan kekuatan otot lengan bahu terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli?, 3) Apakah ada sumbangan daya ledak otot tungkai terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli?, 4) Apakah ada sumbangan antara daya ledak otot lengan bahu, kekuatan otot lengan bahu, dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli?. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) Sumbangan daya ledak otot lengan bahu terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli, 2) Sumbangan kekuatan otot lengan bahu terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli, 3) Sumbangan daya ledak otot tungkai terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli, dan 4) Sumbangan daya ledak otot lengan bahu, kekuatan otot lengan bahu, dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil jumping service dalam permainan bola voli.

Populasi penelitian ini semua pemain klub IVOKAS Kabupaten Semarang tahun 2009 yang berjumlah 14 orang. Pengambilan sampel penelitian dengan teknik total sampling sehingga seluruh populasi yang berjumlah 14 orang dijadikan sampel penelitian. Variabel dalam penelitian ini yaitu daya ledak otot lengan bahu, kekuatan otot lengan bahu dan daya ledak otot tungkai sebagai variabel bebas serta hasil jumping service sebagai variabel terikat. Metode pengumpulan data menggunakan survei dengan teknik tes dan pengukuran. Selanjutnya data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik regresi sederhana dan ganda.

Berdasarkan analisis data dapat disimpulkan: 1) Ada sumbangan daya ledak otot lengan bahu sebesar 39,9% terhadap hasil *jumping service*, 2) Ada sumbangan kekuatan otot lengan bahu sebesar 33,9% terhadap hasil *jumping service*, 3) Ada sumbangan daya ledak otot tungkai sebesar 32,0% terhadap hasil *jumping service*, 4) Secara bersama-sama ada sumbangan daya ledak otot lengan bahu, kekuatan otot lengan bahu, dan daya ledak otot tungkai sebesar 47,8% terhadap hasil *jumping service*.

Mengacu dari hasil penelitian baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama daya ledak otot lengan bahu, kekuatan otot lengan bahu, dan daya ledak otot tungkai memberikan sumbangan terhadap hasil *jumping service*, maka penulis dapat mengajukan saran antara lain: 1) Pelatih di klub IVOKAS Kabupaten Semarang selain memberikan latihan teknik dasar *jumping service* juga perlu memberikan latihan peningkatan daya ledak otot lengan bahu, kekuatan otot lengan bahu dan daya ledak otot tungkai secara terprogram dan terencana, dan 2) Bagi peneliti lain yang hendak mengadakan penelitian sejenis, sebaiknya menambahkan variabel lain yang diduga turut memberikan sumbangan terhadap hasil *jumping service* agar diperoleh informasi yang semakin lengkap terkait berbagai komponen kondisi fisik yang diperlukan dalam pelaksanaan *jumping service*.