



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEOLAHRAGAAN
Jl. Prof Jhon Ario katili NO.44 Tlp. 0821698 Kota Gorontalo

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Yang Berjudul

**PENGARUH LATIHAN KEKUATAN OTOT LENGAN TERHADAP KETEPATAN
SERVIS ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI SISWA PUTRA KELAS VIII
SMP NEGERI 1 TELAGA**

Oleh

RIFKA AULIYAH

831413150

Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Diuji

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Ahmad Lamusu S.Pd.M.Pd
Nip. 19581219 198203 1 002

Suriyadi Datau.S.Pd.M.Pd
Nip.19820419 200604 1 001

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo

Drs. Sarjan Miki, M.S
Nip.19610805 198703 1003



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEOLAHRAGAAN
Jl. Prof Jhon Ariokatili NO.44 Tlp. 0821698 Kota Gorontalo

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**PENGARUH LATIHAN KEKUATAN OTOT LENGAN TERHADAP KETEPATAN
SERVIS ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI SISWA PUTRA KELAS VIII
SMP NEGERI 1 TELAGA**

Oleh :
RIFKA AULIYAH
Nim : 831 413 150

Telah dipertahankan di dewan penguji pada

Hari/ tanggal : Selasa 31 Oktober 2017

Pukul : 13.00 siang - selesai

No	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Risna Podungge, S.Pd, M.Pd</u> Nip.19710721 200212 2 001		
2.	<u>Mirdayani Pauweni, S.Pd, M.Pd</u> Nip.19840503 200812 2 004		
3.	<u>Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd</u> Nip. 19581219 198203 1 002		
4.	<u>Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd</u> Nip.19820419 200604 1 001		

Mengetahui
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Dr. Hi. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Rifka Auliyah, 831 413 150. “Pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga”. Pendidikan jasmani dan rekreasi, universitas negeri gorontalo Di bawah bimbingan Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd., M.Pd, selaku pembimbing I dan Suriyadi Datau, S.Pd., M.Pd, selaku pembimbing II.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah dengan latihan kekuatan otot lengan dapat mempengaruhi ketepatan servis atas dalam permainan bola voli. Tujuan penelitian ini adalah apakah latihan kekuatan otot lengan dapat berpengaruh terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain eksperimen dalam penelitian ini akan mencari adanya pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah hasil dari tes servis atas sebelum *pre-test* (tes awal) dan sesudah *post-test* (tes akhir), *pre-test* dilakukan untuk mengambil data awal sebelum dilakukan treatment (perlakuan) yang digunakan untuk menilai tes servis atas. Lokasi penelitian adalah di SMP Negeri 1 Telaga. Peneliti mengumpulkan data 21 orang siswa putra sebagai subjek penelitian atau sampel penelitian. Perlu diketahui besaran statistik yang disajikan dalam bentuk tabel seperti yang telah terlampir. Diketahui rata-rata selisih test awal dan test akhir (md) = 8.95 jumlah kuadrat antara selisih tes awal dan tes akhir ($\sum x^2 d$) = 72.95 dan jumlah sampel penelitian (n) = 21. Dari hasil perhitungan di atas di peroleh harga $t_{hitung} = 21.31$ dan t_{tabel} pada $\alpha 0,05$; $dk = n - 1$ ($21 - 1 = 20$) ditemukan harga 2.84 dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} = 21.31 > t_{tabel} = 2.84$). Berdasarkan kriteria pengujian, terima H_0 jika $t_{hitung} > t_{tabel}$. Ini didasarkan pada analisis secara statistik diperoleh harga T_{hitung} lebih besar dari T_{daftar} nilai t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Maka hipotesis dalam penelitian ini berbunyi “terdapat pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 telaga diterima. kekuatan ketepatan servis atas pada dasarnya merupakan salah satu aktifitas yang membutuhkan latihan untuk dapat melakukannya.

Kata Kunci: Latihan, Kekuatan, Ketepatan, Servis

ABSTRACT

Rifka Auliyah, 831 413 150. "The Influence of Arm Muscle Strength Exercise toward Precision of Upper Arm Service in Volleyball Game on Male Students of Class of VIII in SMP Negeri 1 Telaga." Department of Physical Education and Recreation, State University of Gorontalo. Principal supervisor is Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd., M.Pd and Co-supervisor is Suriyadi Datau, S.Pd., M.Pd.

Problem statement of this research is whether or not there is influence of arm muscle strength exercise toward precision of upper arm service in volleyball game. It aims at investigating the influence of arm muscle strength exercise toward precision of upper arm service in volleyball game. It applies experimental design which is to find out the influence of arm muscle strength exercise toward precision of upper arm service in volleyball game. Data are collected through pretest and posttest. The pretest is conducted to obtain prior data before treatment. Research site is in SMP Negeri 1 Telaga. Research subjects or samples are 21 male students. The statistics amount has been presented in table as in appendix. It is found that average between pretest and posttest (\bar{d}) is 8.95. Square value between pretest and posttest ($\sum x^2 d$) is 72.95 and samples (n) are 21. Based on the calculation, it obtains t_{count} for 21.31 and t_{table} , at α 0,05; $df = n - 1$ ($21 - 1 = 20$), is 2.48. Thus, t_{count} is higher than t_{table} ($t_{\text{count}} = 21.31 > t_{\text{table}} = 2.48$). Criteria of verification states that H_0 is accepted if $t_{\text{count}} > t_{\text{table}}$, therefore, due to t_{count} is higher than t_{table} , H_A is rejected. The hypothesis which states that "there is influence of arm muscle strength exercise toward precision of upper arm service in volleyball game on male students of class of VIII in SMP Negeri 1 Telaga," is accepted. Indeed, exercise is needed to achieve the precision in service.

Keywords: Exercise, Strength, Precision, Service

