

**PENGARUH BOLA GANTUNG TERHADAP KETERAMPILAN SMASH
BOLA VOLI PADA SISWA KELAS X MA NURUL HUDA TUBAN**

SKRIPSI

Disusun sebagai salah satu syarat
untuk memenuhi gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



UNUGIRI

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

2023

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini telah melalui cek plagiarisme dan dinyatakan layak dan lolos oleh tim plagiarisme.

Bojonegoro, 18 Agustus 2023

Penulis



A. Strodiqin

NIM. 3220190345



UNUGIRI

HALAMAN PERSETUJUAN


Nama : A. Shodiqin

NIM : 3220190345

Judul : Pengaruh bola gantung terhadap keterampilan *smash* bola voli pada siswa kelas X Ma Nurul Huda Tuban


Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang skripsi.

Bojonegoro, 09 Agustus 2023


Pembimbing I

Wahyu Setia Kusahyaring Putri, S.Pd, M.Kes
NIDN. 0710029103

Pembimbing II


Hasan Saifuddin, S.Pd. M.Pd.
NIDN. 0716039801

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : A.Shodiqin
NIM : 3220190345
Judul : Pengaruh bola gantung terhadap keterampilan smash bola voli pada siswa kelas x ma nurul huda

Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 28 Juli 2023.

Penguji I



Mohamad Da'i, M.Pd
NIDN: 0719089401

Penguji III



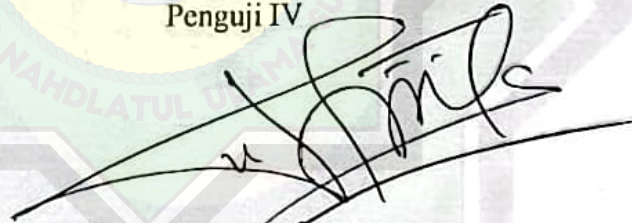
Wahyu Setia Kuscahyaning putri, S.Pd., M.Kes
NIDN: 0710029103

Penguji II



Dr. Ifa Khoiria Ningrum, S.E., M.M
NIDN: 0709097805

Penguji IV



Hasan Saifuddin, M.Pd
NIDN: 0716039801

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd
NIDN: 0721059101

FKIP UNUGIRI

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd
NIDN: 0704048703

FKIP UNUGIRI

MOTTO

Masa Terbaik Dalam Hidup Seseorang Adalah Masa Ia Dapat
mnggunakan Kebebasan Yang Telah Direbutnya Sendiri

[Pramoedya Ananta Toer]

Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melawatkanku
tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan
untukku tidak akan perna melewatiku.

(Umar bin Khattab)

PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk :

1. Teruntuk kedua orang tuaku yang sangat aku sayangi dan cintai
Bapak Parsam dan Ibu Sipuk yang telah senantiasa menyayangi,
mendidik, dan memberikan doa-doa terbaiknya untukku.
2. Untuk dosen pembimbing, Wahyu Setia kuscahyaning Putri,S.Pd,
M.Kes. dan Bapak Hasan Saifuddin,S.Pd, M.Pd. yang telah
ikhlas meluangkan waktu untuk membimbing serta memberikan
ilmu-ilmu kepadaku.
3. Untuk seluruh Dosen dan Staf Universitas Nahdlatul Ulama
Sunan Giri yang mendidikku dengan ikhlas dan sabar.
4. Untuk sahabat seperjuanganku Irfan Zaenuri yang
membersamaiku dan memberi semangat saling menguatkan dari
awal hingga akhir.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul : “Pengaruh Bola Gantung Terhadap Keterampilan *Smash* Bola Voli Pada Siswa Kelas X Ma Nurul Huda Tuban“ sebagai syarat untuk mencapai gelar sarjana Pendidikan. Shalawat dan salam disampaikan kepada tauladan terbaik umat manusia Nabi Muhammad SAW, semoga kita semua mendapat safaatNya di yaumul akhir nanti dan tak lupa Penulis mengucapkan terima kasih kepada ibu Wahyu Setia kuscahyaning Putri,S.Pd, M.Kes. dan bapak Hasan Saifuddin,S.Pd, M.Pd. selaku dosen pembimbing skripsi.

Ucapan terima kasih juga di sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaiannya makalah ini. Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, saran dan kritik yang membangun diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Semoga skripsi sederhana ini dapat dipahami bagi siapapun yang membacanya. Sekiranya laporan yang telah disusun ini dapat berguna bagi kami sendiri maupun orang yang membacanya. Sebelumnya kami mohon maaf apabila terdapat kesalahan kata-kata yang kurang berkenan dan kami memohon kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa depan.

Bojonegoro, 24 Agustus 2023

A.Shodiqin

ABSTRAK

Shodiqin., Ahmad, 2023. The Influence of Hanging Balls on Smash Volleyball Skills in Class X Students of Ma Nurul Huda Tuban. Thesis, Health and Recreation Physical Education Study Program, Teaching and Education Faculty, Nahdlatul Ulama Sunan Giri University, Bojonegoro. Main Advisor Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd, M.Kes., and Second Advisor Hasan Saifuddin, S.Pd. M.Pd.

Keywords: The Effect of Hanging Ball, Skill, Smash, Volleyball.

The purpose of this study was to determine the effect of hanging ball games on volleyball smashes in class X MA NURUL HUDA students. The method used is pre-experimental with a quantitative descriptive approach. Experimental research can be interpreted as research used to find the effect of certain treatments on others under controlled conditions (Sugiyono, 2008). After the research is done, it will be discussed about the data that has been obtained. From the findings produced in research regarding the impact of hanging ball games on the volleyball smash technique of class X students at MA Nurul Huda Tuban, based on the results of observations and interviews with sports teachers in the field, it was found that out of 25 students the majority could not smash properly because lack of basic techniques. from the results of observations students get an average score of 65.9 with less criteria and still below the value desired by the teacher. it can be concluded that this research provides answers to the problems that are the background of this research.

ABSTRACT

Shodiqin., ahmad, 2023. *Pengaruh Bola Gantung Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli Pada Siswa Kelas X Ma Nurul Huda Tuban*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Pembimbing Utama Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd, M.Kes., dan Pembimbing kedua Hasan Saifuddin, S.Pd. **M.Pd.**

Kata Kunci : Pengaruh Bola Gantung, Keterampilan, Smash, Bola Voli.

Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh permainan bola gantung terhadap *smash* bola voli pada siswa kelas X MA NURUL HUDA. Metode yang digunakan pra eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2008). Setelah penelitian dilakukan akan dibahas tentang data yang telah diperoleh. Dari temuan yang dihasilkan dalam penelitian mengenai dampak permainan bola gantung terhadap teknik smash bola voli siswa kelas X di MA Nurul Huda Tuban, Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada guru olahraga di lapangan di dapatkan data bahwa dari 25 anak didik mayoritas belum bisa *smash* dengan benar karena minimnya teknik dasar. dari hasil observasi siswa mendapatkan nilai rata rata sebesar 65,9 dengan keteria kurang dan masih di bawah nilai yang di inginkan oleh guru. dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memberikan jawaban terhadap permasalahan yang menjadi latar belakang dilakukannya penelitian ini.

DARTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERNYATAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK INGGRIS.....	viii
ABSTRAK INDONESIA.....	ix
DARTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPITAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	1
1.3 Batasan Masalah.....	2
1.4 Tujuan Penelitian.....	3
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
1.6 Definisi Istilah	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI	5
2.1 Tinjauan pustaka.....	5
2.2 Dasar teori	10
2.3 Kerangka Berfikir.....	27
2.4 Hipotesis	28

BAB III.....	29
METODE PENELITIAN	29
3.1 Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	29
3.2 Subjek Penelitian.....	29
3.3 Lokasi penelitian	30
3.4 Waktu penelitian.....	30
3.5 Variabel	31
3.6 Instrumen penelitian	31
3.7 Teknik pengumpulan data	33
3.8 Teknik analisis data	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	38
4.2 Hasil Uji Prasyarat.....	39
4.3 Pembahasan	41
BAB V.....	43
KESIMPULAN DAN SARAN	43
5.1 Kesimpulan.....	43
5.2 Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN-LAMPIRAN	48
Lampiran 1 Surat balasan Penelitian.....	49
Lampiran 2 Form Penilaian test.....	51
Lampiran 3 Hasil ketrampilan Smash Pretest	51
Lampiran 4 Hasil ketrampilan Smash Post test.....	52
Lampiran 5 Hasil Uji Prasyarat	53
Lampiran 6 dokumentasi	56

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
3.1 Penilaian.....	38
3.2 butir-butir tes.....	38
3.3 norma tes.....	38



UNUGIRI

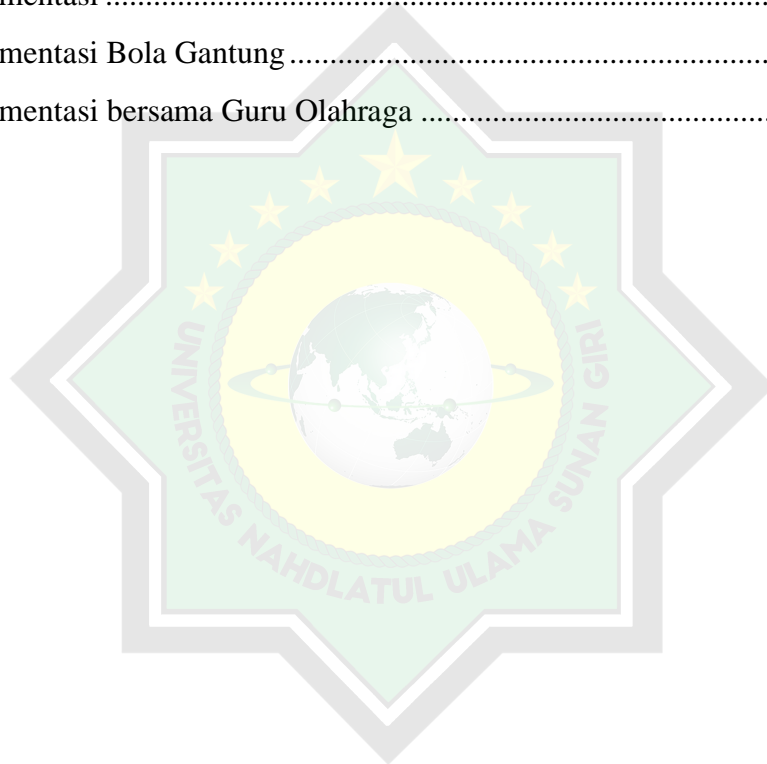
DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.2.2 lapangan Bola Voli.....	18
2.2.3 bola Voli.....	28
2.2.3 servis atas	30
2.2.3 pasing bawah.....	32
2.2.3 block bola voli.....	33
2.2.3 smash bola voli.....	34
3.6 lapangan bola voli untuk penelitian	64



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Penelitian	48
2. Form Penilaian Test	50
3. Hasil Keterampilan Smash Pre test	51
4. Hasil Keterampilan Smash Post test	52
5. Hasil Uji Pra syarat	53
6. Dokumentasi	56
7. Dokumentasi Bola Gantung	58
8. Dokumentasi bersama Guru Olahraga	59



UNUGIRI