

**PENGARUH KEKUATAN OTOT LENGAN TERHADAP
KEMAMPUAN PASSING BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA
SD NEGERI DINGIL I JATIROGO TUBAN**

SKRIPSI



oleh

Suharsono Irawan

3220180261

UNUGIRI

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

2023

PERNYATAAN

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

Bojonegoro, 20 Agustus 2023



Suharsono Wirawan
3220180261

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Suharsono Wirawan

Nim : 3220180261

Judul : Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Passing
Bawah Bola Voli Pada Siswa SD Negeri Dingil I Jatirogo Tuban

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

Bojonegoro, 20 Juni
2023

Pembimbing I



Hilmy Aliriad M. Pd
NIDN. 0707048904

Pembimbing II



Rohmad Apriyanto, M.Pd
NIDN.0704048703

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Suharsono Wirawan

NIM : 3220180261

Judul : Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Sd Negeri Dingil I Jatirogo Tuban

Telah dipertahankan penguji pada tanggal 14 Agustus 2023

Dewan penguji

Penguji I



Hasan Saifuddin, M.Pd
NIDN : 0716039801

Penguji III



Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd
NIDN : 0729098702

Penguji II



K.M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I
NIDN : 2128097201

Penguji IV



Rohmad Apriyanto, M.Pd
NIDN : 0704048703

Mengetahui,
Dekan Fakultas keguruan dan Ilmu pendidikan



~~Astrid Chandra Sari, M.Pd~~
NIDN : 0721059101

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd
NIDN. 0707048904

MOTTO

لا غالباً إلا باالله

“Tidak ada kemenangan tanpa pertolongan dari Allah”

(KH Suharbillah)

PERSEMBAHAN

1. Kepada Bapak Ibu dan Kakak saya yang selalu mensupport dan mendoakan yang terbaik dalam hal apapun.
2. Bapak Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd selaku pembimbing 1 dan juga Bapak Rohmad Apriyanto, M.Pd selaku pembimbing 2, terimakasih yang sebesar-besarnya telah meluangkan waktu dan pikiran guna terselesaikan skripsi Saya.
3. Bapak dan Ibu Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang selama ini telah mendidik dan memberikan ilmu.
4. Sahabat-sahabat PJKR angkatan 2018 yang telah menemani dan membantu untuk menyelesaikan skripsi saya.
5. Bapak ibu guru SD Negeri Dingil I Jatirogo yang telah memotivasi saya agar terselesainya skripsi saya.

UNUGIRI

ABSTRACT

Wirawan, Suharsono. 2023, *The Influence of Arm Muscle Strength on Volleyball Underpassing Ability in Dingil I State Elementary School Students*, Thesis, Health and Recreation Physical Education Study Program, Teacher Training and Education Faculty, Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro University. Supervisor (1) Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd, (2) Rohmad Apriyanto, M.Pd.

Keyword: Arm muscle strength, passing under volleyball

This research is based on findings in the field that there are obstacles experienced by students when learning volleyball. In this case, learning seems monotonous and the material being taught is not well understood by students so that when practicing basic skills students become less efficient. This research aims to determine the effect of arm muscle strength on volleyball bottom passing ability in Dingil I State Elementary School students. This type of research is an experiment with a one group pretest and posttest design. The data collection technique uses tests. The sample in this study was 55 students in grades IV, V, VI at SDN Dingil I. The data analysis technique used quantitative descriptive analysis expressed in percentage form by carrying out prerequisite tests which included normality tests and data linearity tests and then hypothesis testing. Based on the research obtained, it can be concluded that arm muscle strength in learning volleyball underpassing for students at SDN Dingil I has a significant influence on propability or sig. 0.007 (sig>0.05) which means H1 is accepted.

UNUGIRI

ABSTRAK

Wirawan, Suharsono. 2023, *Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa SD Negeri Dingil I*, Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Pembimbing (1) Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd, (2) Rohmad Apriyanto, M.Pd.

Kata Kunci : Kekuatan otot lengan, passing bawah bola voli

Penelitian ini berdasar hasil temuan di lapangan bahwa terdapat kendala yang di alami oleh siswa pada saat pembelajaran bola voli. Dalam hal ini pembelajaran yang terkesan monoton serta materi yang di ajarkan kurang dipahami siswa sehingga pada saat praktik ketrampilan dasar siswa menjadi kurang efisien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa SD Negeri Dingil I. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *one group pretest and posttest*. Teknik pengambilan data menggunakan test. Sampel pada penelitian ini adalah 55 siswa kelas IV, V, VI di SDN Dingil I. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang di tuangkan dalam bentuk presentase dengan melahkukan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas data lalu pengujian hipotesis. Berdasarkan penelitian yang di peroleh maka dapat di tarik kesimpulan bahwa kekuatan otot lengan pada pembelajaran passing bawah bola voli siswa di SDN Dingil I terdapat pengaruh yang signifikan propability atau sig. 0,007 (sig>0,05) yang artinya H1 diterima.

UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Atas rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "**Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa SD Negeri Dingil I Jatirogo Tuban**". Skripsi ini disusun dan diajukan untuk memenuhi syarat perolehan gelar S1 pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Disamping itu, penulisan skripsi ini juga bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada pembaca.

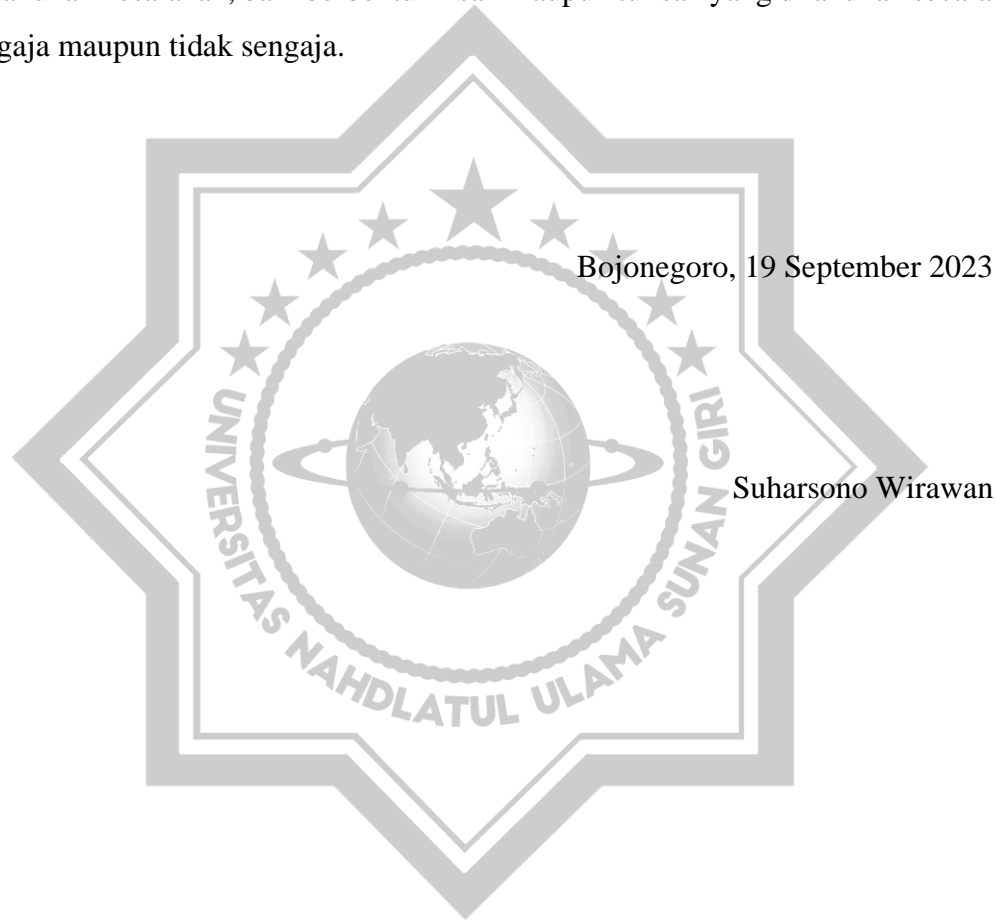
Dalam skripsi ini, peneliti banyak mendapat bimbingan, nasehat, masukan, saran dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I., selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro
2. Ibu Astrid Chandra Sari, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
3. Bapak Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dan selaku pembimbing utama penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Rohmad Apriyanto, M.Pd., selaku Pembimbing kedua penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
7. Seluruh rekan mahasiswa 2018 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.

Semoga Allah SWT memberikan pahala yang berlimpah atas segala bentuk bantuan yang diberikan kepada peneliti. Selain itu penulis juga berharap agar skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca dari berbagai kalangan. Peneliti mengucapkan permohonan maaf jika proses penyusunan skripsi banyak melakukan kesalahan, baik berbentuk lisan maupun tulisan yang dilakukan secara sengaja maupun tidak sengaja.

Bojonegoro, 19 September 2023

Suharsono Wirawan



UNUGIRI

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL LUAR.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRACT.....	vii
ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.6.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI.....	7
2.1 Tinjauan Pustaka.....	7
2.2 Dasar Teori.....	9
2.3 Permainan Bola Voli.....	16
2.4.1 Teknik Permainan Bola Voli	19
2.4.2 Servis.....	21

2.4.3 Passing	21
2.4 Passing Atas	22
2.5 Passing Bawah	23
2.6 Gerakan Passing Bawah.....	24
2.7 Kekuatan Otot Lengan	25
2.8 Keralngka Berpikir	27
2.9 Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Jenis Penelitian	29
3.2 Populasi dan Sampel	30
3.2.1 Populasi	30
3.2.2 Sampel	30
3.3 Teknik dan Instrumen Pengumpulan.....	33
3.3.1 Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.3.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	34
3.4 Uji Kualitas Data	38
3.4.1 Uji Validitas	38
3.4.2 Uji Reliabilitas	39
3.5 Teknik Analisis Data.....	41
3.5.1 Uji Normalitas.....	41
3.5.2 Uji Linieritas	42
3.5.3 Uji Hipotesis	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
4.1 Deskripsi Data	45
4.2 Hasil Penelitian	52
4.3 Pembahasan	55
BAB V PENUTUP	58
4.4 Kesimpulan	58
4.5 Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	63

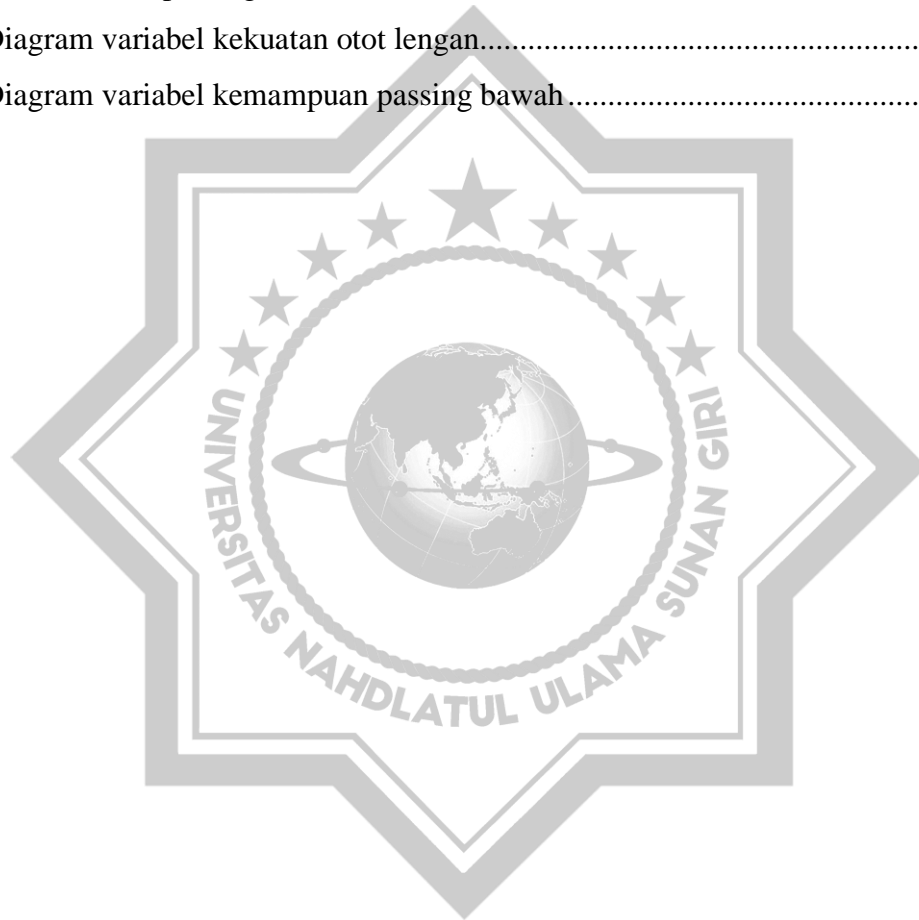
DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Distribusi jumlah populasi penelitian.....	30
3.2 Sebaran Populasi kelas V.....	32
3.3 Sebaran Sampel kelas V.....	32
3.4 Kategori penskoran tes kekuatan otot lengan.....	35
3.5 Penilaian brombach forearm.....	37
3.6 Rumusan hipotesis regresi linier sederhana.....	43
3.7 Kategori interval koefisien nilai r.....	44
4.1 Deskripsi variabel X.....	46
4.2 Statistics variabel X.....	47
4.3 Distribusi Frekuensi variabel X.....	48
4.4 Kategori kecenderungan variabel X.....	48
4.5 Statistics variabel Y.....	50
4.6 Distribusi Frekuensi variabel Y.....	51
4.7 Kategori kecenderungan variabel Y.....	51
4.8 Hasil Uji normalitas.....	53
4.9 Hasil Uji linieritas.....	54
4.10 Hasil Uji regresi linier sederhana.....	55

UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berfikir.....	27
3.1 Desain Penelitian	30
3.2 Gerakan push up.....	35
3.3 Instrumen tes passing bawah	37
4.1 Diagram variabel kekuatan otot lengan.....	50
4.2 Diagram variabel kemampuan passing bawah.....	53



UNUGIRI