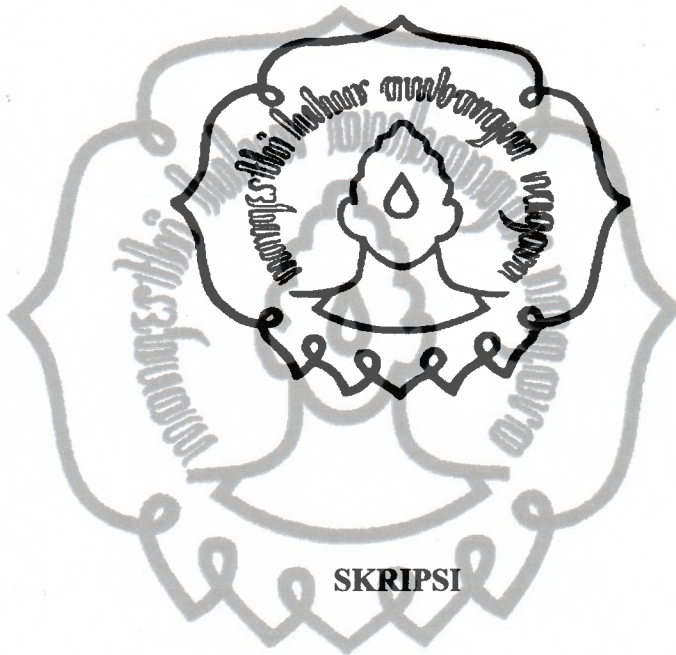


**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *JUMPING SERVICE*
MENGUNAKAN KETINGGIAN NET TETAP DAN KETINGGIAN
NET BETAHAP TERHADAP KEMAMPUAN *JUMPING SERVICE*
DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTERA
EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 8 SURAKARTA TAHUN 2012**



SKRIPSI

Oleh

FIRMANSYAH

K5608104

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Desember 2012**

commit to user

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *JUMPING SERVICE*
MENGUNAKAN KETINGGIAN NET TETAP DAN KETINGGIAN
NET BETAHAP TERHADAP KEMAMPUAN *JUMPING SERVICE*
DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTERA
EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 8 SURAKARTA TAHUN 2012**



**Ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan Program Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Desember 2012**

commit to user

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Firmansyah

NIM : K5608104

Jurusan/Program Studi : JPOK/Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *JUMPING SERVICE* MENGGUNAKAN KETINGGIAN NET TETAP DAN KETINGGIAN NET BETAHAP TERHADAP KEMAMPUAN *JUMPING SERVICE* DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTERA EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 8 SURAKARTA TAHUN 2012”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Desember 2012

Yang membuat pernyataan



Firmansyah

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.



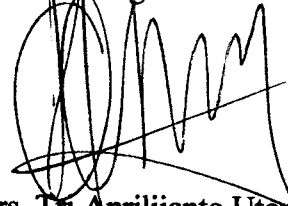
Surakarta, Desember 2012

Pembimbing I



Drs. Sugiyoto, M.Pd.
NIP. 19541112 198403 1 001

Pembimbing II



Drs. Tri Aprilijanto Utomo, M.Kes.
NIP. 19640417 199003 1 001

commit to user

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar sarjana pendidikan.

Pada hari : *Jumat*

Tanggal : *28 Desember 2012*

Tim Penguji Skripsi :

Nama Terang

Tanda Tangan

- Ketua : Drs. Agustiyanto, M.Pd
- Sekretaris : Fadilah Umar, S.Pd, M.Or
- Anggota I : Drs. Sugiyoto, M.Pd
- Anggota II : Drs. Tri Aprilijanto Utomo, M.Kes

.....

.....

Disahkan oleh :

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret

Dekan



Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.
NIP. 19600727 198702 1 001

ABSTRAK

Firmansyah. **PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *JUMPING SERVICE* MENGGUNAKAN KETINGGIAN NET TETAP DAN KETINGGIAN NET BETAHAP TERHADAP KEMAMPUAN *JUMPING SERVICE* DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTERA EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 8 SURAKARTA TAHUN 2012.** Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Desember 2012.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : (1) Perbedaan pengaruh latihan *jumping service* menggunakan ketinggian net tetap dan bertahap terhadap kemampuan *jumping service* dalam permainan bolavoli pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 8 Surakarta Tahun 2012. (2) Latihan yang lebih baik pengaruhnya antara latihan *jumping service* menggunakan ketinggian net tetap dan bertahap terhadap kemampuan *jumping service* dalam permainan bolavoli pada siswa putra ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 8 Surakarta Tahun 2012.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen*. Subjek dalam penelitian ini adalah semua Siswa Putera Ekstrakurikuler Bolavoli SMA Negeri 8 Surakarta tahun 2012 yang berjumlah 20 siswa. Dari jumlah populasi 20 orang dilakukan tes dan pengukuran *jumping servie* kemudian hasil dari tes dirangking, setelah itu dipisahkan ke dalam kelompok 1 dan kelompok 2 dengan cara *ordinal pairing* sehingga kedua kelompok mempunyai keterampilan yang merata. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran kemampuan servis dari French – Cooper yang dikutip Suharno HP. (1984 : 69). Teknik analisis data yang digunakan dengan uji t pada taraf signifikansi 5 %.

Hasil penelitian : Berdasarkan hasil pengujian perbedaan tes awal dengan t-test antara kelompok 1 dan kelompok 2 diperoleh nilai $t_{hitung} = 0.428$ dan $t_{tabel} = 2.262$ ($t_{hitung} < t_{tabel}$). Berdasarkan hasil pengujian perbedaan dengan analisis statistik t-test kelompok 1 antara tes awal dan tes akhir diperoleh nilai $t_{hitung} = 17.335$ dan $t_{tabel} = 2.262$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$). Berdasarkan hasil pengujian perbedaan dengan analisis statistik t-test kelompok 2 antara tes awal dan tes akhir diperoleh nilai $t_{hitung} = 19.000$ dan $t_{tabel} = 2.262$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$). Berdasarkan hasil pengujian perbedaan dengan analisis statistik t-test antara kelompok 1 dan kelompok 2 diperoleh nilai $t_{hitung} = 4.670$ dan $t_{tabel} = 2.262$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$). Berdasarkan hasil perhitungan persentase peningkatan kemampuan *vertical jump* lapangan diketahui bahwa kelompok 1 memiliki peningkatan sebesar 24.342% dan kelompok 2 memiliki peningkatan 37.748%

Kesimpulan penelitian ini adalah (1) Ada perbedaan pengaruh antara latihan *jumping service* menggunakan ketinggian net tetap dan ketinggian net bertahap pada siswa putra ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 8 Surakarta tahun 2012. (2) Metode latihan *jumping service* menggunakan ketinggian net bertahap memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap kemampuan *jumping service* pada siswa putra ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 8 Surakarta tahun 2012.

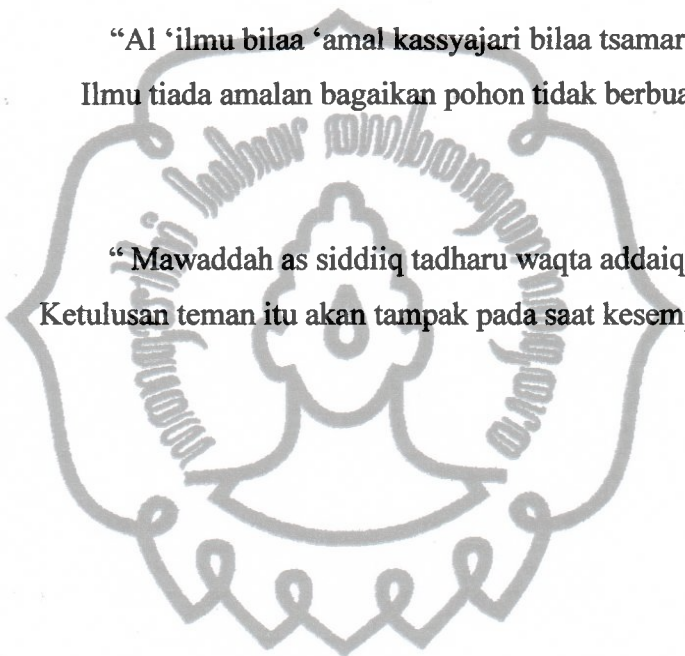
Kata kunci : *jumping service*, ketinggian net tetap, ketinggian net bertahap

MOTTO

“ Man jadda wa jadda.
Barang siapa yang bersungguh-sungguh pasti bisa”

“Al ‘ilmu bilaa ‘amal kassyajari bilaa tsamar.
Ilmu tiada amalan bagaikan pohon tidak berbuah”

“Mawaddah as siddiiq tadharu waqta addaiq.
Ketulusan teman itu akan tampak pada saat kesempitan”



PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-Mu, kupersembahkan karya ini untuk :

❖ "Bapak dan Ibu"

Doamu yang tiada terputus, kerja keras tiada henti, pengorbanan yang tak terbatas dan kasih sayang tak terbatas pula. Semuanya membuatku bangga memiliki kalian.

Tiada kasih sayang yang seindah dan seabadi kasih sayangmu.

❖ "Adikku tercinta Ahmad Supendi dan erik Ramadani"

❖ "Annisa Rahmania Rahmi"

Terima kasih karena senantiasa memberi dukungan, masukan dan semangat.

❖ "Rekan-rekan Penkepor angkatan 2008"

❖ " Sahabat-sahabat yang selalu memberi dukungan "

❖ " Almamater "

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang memberiilmu, inspirasi dan kemuliaan. Atas kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ” **PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *JUMPING SERVICE* MENGGUNAKAN KETINGGIAN NET TETAP DAN KETINGGIAN NET BETAHAP TERHADAP KEMAMPUAN *JUMPING SERVICE* DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTERA EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 8 SURAKARTA TAHUN 2012**”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Jurusan Pendidikan olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. H. Mulyono, MM selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
3. Drs. Agustiyanto, M.Pd selaku Ketua Program Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. Sugiyoto, M.Pd. selaku pembimbing I, yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Drs. Tri Aprilijanto Utomo, M.Kes. selaku pembimbing II, yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala SMA Negeri 8 Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Seluruh siswa putera ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 8 Surakarta Tahun 2012 yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
8. Rekan POK ’08 yang telah membantu pelaksanaan penelitian.

commit to user

9. Semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Semoga segala amal baik tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Akhirnya berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat bermanfaat.



Surakarta, Juli 2012

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGAJUAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
HALAMAN MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teori.....	7
1. Bolavoli	7
2. Metode Latihan	13
3. Latihan Jumping service Menggunakan ketinggian Net Tetap	22
4. Latihan Jumping Service Menggunakan Ketinggian Net bertahap...	24

B. Kerangka Berpikir	27
C. Hipotesis.....	29
BAB III. METODE PENELITIAN	30
A. Tempat dan Waktu Penelitian	30
1. Tempat Penelitian.....	30
2. Waktu Penelitian	30
B. Subjek Penelitian.....	30
C. Rancangan Penelitian	30
D. Variabel Penelitian	32
E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Teknik Analisis Data.....	33
1. Mencari Reliabilitas	33
2. Uji Prasyarat Analisis.....	33
3. Uji Perbedaan	35
BAB IV. HASIL PENELITIAN	33
A. Deskripsi Data	36
B. Uji Reliabilitas.....	38
C. Pengujian Persyaratan Analisis	38
1. Uji Normalitas	39
2. Uji Homogenitas	39
D. Hasil Analisis Data.....	40
1. Uji Perbedaan Sebelum Diberi Perlakuan	40
2. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan.....	41
E. Pengujian Hipotesis	46
BAB V. SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	49
A. Simpulan.....	49
B. Implikasi.....	49
C. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Deskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir <i>Jumping Service</i> pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	36
Tabel 2 Hasil Uji Reliabilitas Tes <i>Jumping service</i>	38
Tabel 3 Tabel Range Kategori Reliabilitas	38
Tabel 4 Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data.....	39
Tabel 5 Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	40
Tabel 6 Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal antara Kelompok 1 dan Kelompok 2	40
Tabel 7 Rangkuman Uji Perbedaan Hasil Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1	42
Tabel 8 Rangkuman Uji Perbedaan Hasil Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2.....	43
Tabel 9 Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2	44
Tabel 10 Rangkuman Hasil Penghitungan Nilai Perbedaan Peningkatan Kemampuan <i>Jumping Service</i> Bolavoli antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Passing Bawah dan Passing Atas Bolavoli	10
Gambar 2 Gerakan Smash Bolavoli	11
Gambar 3 Servis Bawah dan Atas Bolavoli	12
Gambar 4 Geakan Bloking	13
Gambar 5 Jumping Service Bolavoli	15



DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 1	Rerata Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Jumping Service Kelompok 1 dan Kelompok 2..... 37
Grafik 2	Rerata Perbedaan Tes Awal Jumping Service Kelompok 1 dan Kelompok 2..... 41
Grafik 3	Rerata Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir Jumping Service Kelompok 1 42
Grafik 4	Rerata Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir Jumping Service Kelompok 2 43
Grafik 5	Rerata Perbedaan Tes Akhir Jumping Service Kelompok 1 dan Kelompok 2..... 44
Grafik 6	Nilai Peningkatan Kemampuan Jumping Service Kelompok 1 dan Kelompok 2..... 45

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Pelaksanaan Tes Kemampuan <i>Jumping Service</i>	53
Lampiran 2	Program Latihan <i>Jumping Service</i> Bolavoli.....	55
Lampiran 3	Data Hasil Tes Awal <i>Jumping Service</i> pada Siswa Putera Ekstrakurikuler SMA N 8 Surakarta tahun 2012	57
Lampiran 4	Data Hasil Tes Akhir <i>Jumping Service</i> Bolavoli pada Siswa Putera Ekstrakurikuler SMA N 8 Surakarta tahun 2012	58
Lampiran 5	Rekapitulasi Hasil Tes Awal dan Tes Akhir <i>Jumping Service</i> Bolavoli pada Siswa Putera Ekstrakurikuler SMA N 8 Surakarta tahun 2012	59
Lampiran 6	Data Hasil Tes Awal <i>Jumping Service</i> Bolavoli pada Siswa Putera Ekstrakurikuler SMA N 8 Surakarta Berdasarkan Urutan Rangkaing	60
Lampiran 7	Pemasangan Subyek Penelitian Berdasarkan Hasil Tes Awal <i>Jumping Service Bolavoli</i>	61
Lampiran 8	Rekapitulasi Hasil Tes Awal dan Tes Akhir <i>Jumping Service</i> pada Kelompok 1 (Kelompok Latihan dengan Ketinggian Net Tetap).....	62
Lampiran 9	Rekapitulasi Hasil Tes Awal dan Tes Akhir <i>Jumping Service</i> pada Kelompok 2 (Kelompok Latihan dengan Ketinggian Net Bertahap)	63
Lampiran 10	Tabel Uji Reliabilitas Tes Awal	64
Lampiran 11	Tabel Uji Reliabilitas Tes Akhir	65
Lampiran 12	Tabel Kerja Uji Normalitas Kelompok 1	70
Lampiran 13	Tabel Kerja Uji Normalitas Kelompok 2	71
Lampiran 14	Tabel Kerja Uji Homogenitas	72
Lampiran 15	Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai Perbedaan antara Hasil Tes Awal <i>Jumping Service</i> pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	74

commit to user

Lampiran 16	Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai Perbedaan antara Hasil Tes Awal dan Tes Akhir <i>Jumping Service</i> pada Kelompok 1	76
Lampiran 17	Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai Perbedaan antara Hasil Tes Awal dan Tes Akhir <i>Jumping Service</i> pada Kelompok 2	78
Lampiran 18	Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai Perbedaan antara Hasil Tes Akhir <i>Jumping Service</i> pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	80
Lampiran 19	Perhitungan Nilai Peningkatan <i>Jumping Service</i> dalam Persesn pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	82

