

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN HASIL
SMASH BOLA VOLI DI CLUB TUNAS MUDA BANGSALSARI**

SKRIPSI

Oleh
Surya agung prasetyo

1810281008



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA**

2022

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN HASIL
SMASH BOLA VOLI DI CLUB TUNAS MUDA BANGSALSARI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Jember
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam
Menyelesaikan Program Studi Pendidikan Olahraga

Oleh
Surya Agung Prsetyo
1810281008

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA

2022



Motto

Sungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikamat) kepadamu, namun jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangatlah pendih.” (QS. Ibrahim: 7)



HALAMAN PENGESAHAN


Skripsi oleh Surya Agung Prasetyo, ini telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 19 Juli 2022.

Dewan penguji,


Dr Rizki Apriliyanto


Ketua

NPK. 1986040811509694


Ahmad Sulaiman, M. Pd

Anggota

NPK. 1990011111510698


Bahtiar Hari Hardovi, M. Pd

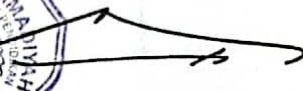
Anggota

NPK. 198903181509705

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan




Dr. Kukuh Munandar, M.Kes.

NIP.196411141991031003

Lampiran 5 Surat Keaslian Tulisan

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini :

Nama : Surya Agung Prasetyo
NIM : 1810281008
Program Studi : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri yang berjudul “ *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Hasil Smash Bola Voli Atlet Klub Tunas Muda Bangsalsari* ” bukan merupakan pengambil-alihan, tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudina hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Jember, 25 Juli 2022
Yang membuat pernyataan,

Surya Agung Prasetyo
NIM. 1810281008

PRAKATA

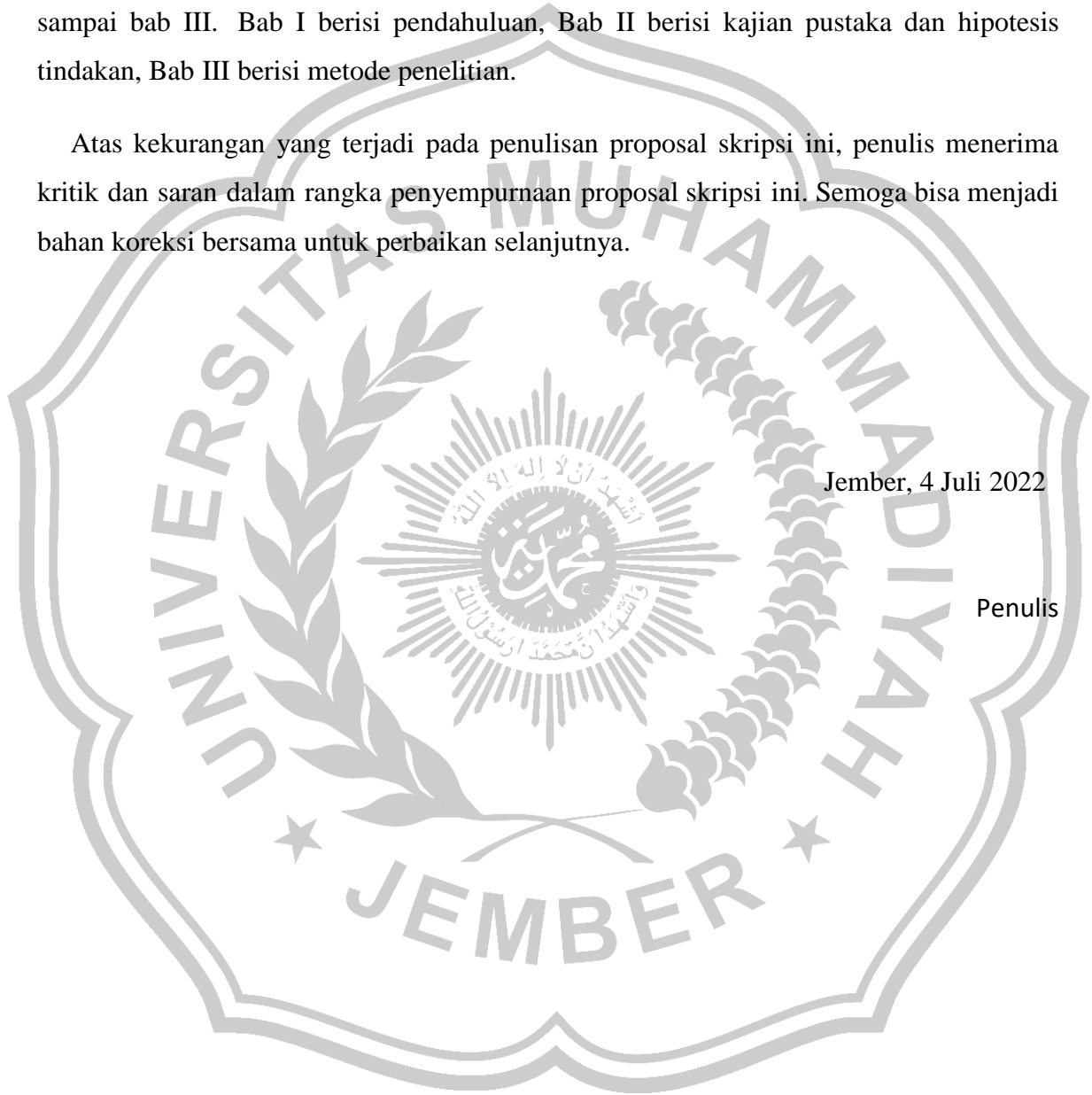
Alhamdulillah puji syukur kepada Allah. Berkat rahmat-nya, penulis dapat menyelesaikan Proposal skripsi ini. Segala hal yang telah diupayakan semoga bermanfaat baik bagi penulis maupun pembaca.

Proposal Skripsi Ini Berjudul “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Hasil Smash Bola Voli Di Club Tunas Muda Bangsalsari”. Proposal skripsi ini memuat bab I sampai bab III. Bab I berisi pendahuluan, Bab II berisi kajian pustaka dan hipotesis tindakan, Bab III berisi metode penelitian.

Atas kekurangan yang terjadi pada penulisan proposal skripsi ini, penulis menerima kritik dan saran dalam rangka penyempurnaan proposal skripsi ini. Semoga bisa menjadi bahan koreksi bersama untuk perbaikan selanjutnya.

Jember, 4 Juli 2022

Penulis



UNGKAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengungkapkan syukur ke hadirat Allah SWT atas terselesaikannya skripsi ini. Demikian juga penulis mengungkapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, atas segala upaya, bimbingan, dan arahan dari semua pihak. Sekali lagi penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

1. Drs. Kukuh Munandar, M.Kes. Selaku Dekan FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ahmad Sulaiman, M.Pd. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ahmad Sulaiman, M.Pd dan Bahtiar Hari Hardovi, M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing I dan II yang telah memberikan arahan serta masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Semua Dosen Pendidikan Olahraga FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Staf pengajaran FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
6. Pembina klub bola voli tunas muda Bangsalsari..
7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Disampaikan terima kasih atas semua bantuan dan bimbingannya.

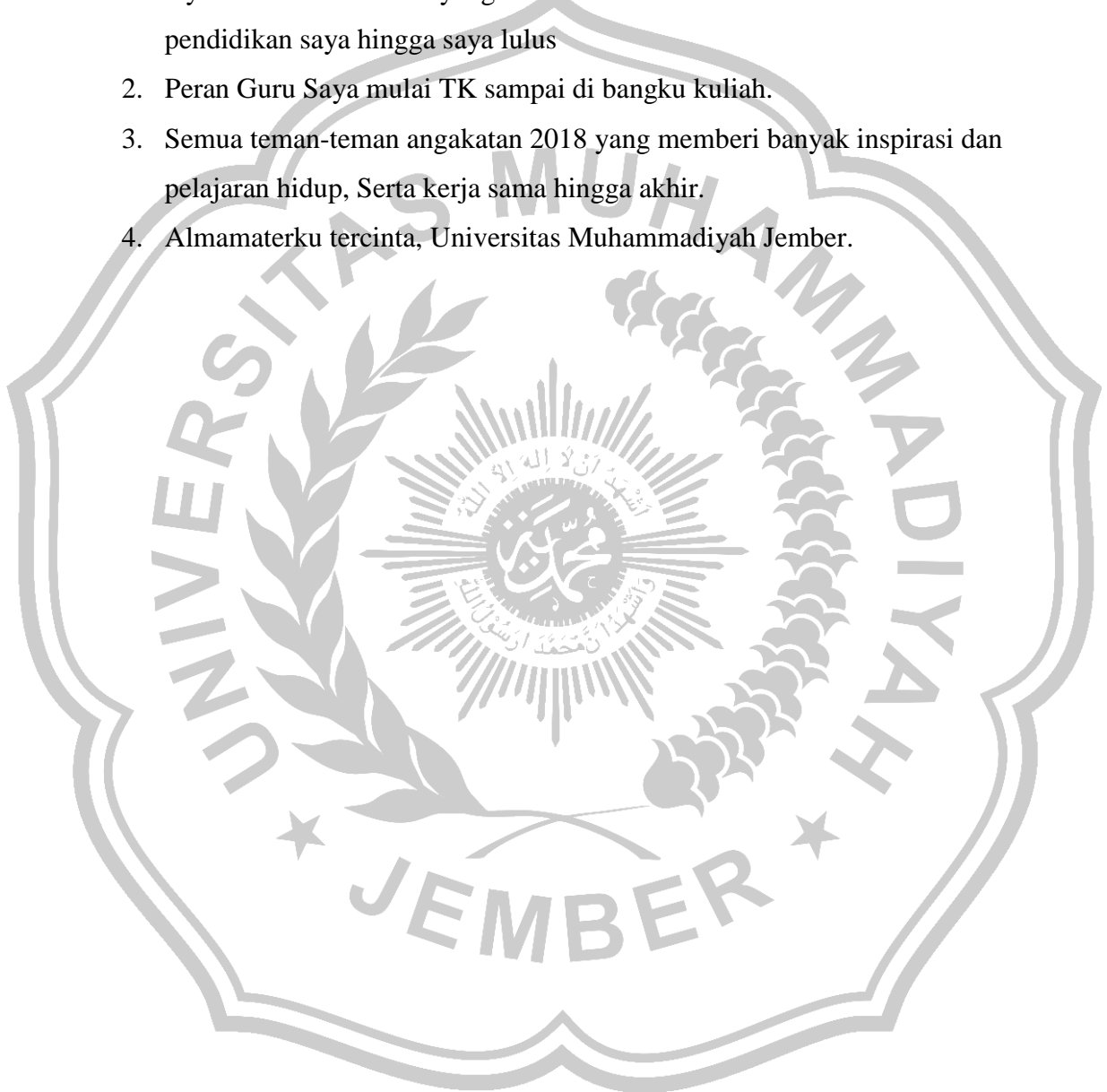
Jember, 4 Juli 2022

Penulis

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dengan hormat dipersembahkan kepada :

1. Ayah dan Ibu tercinta yang telah memberikan semua hal dalam pendidikan saya hingga saya lulus
2. Peran Guru Saya mulai TK sampai di bangku kuliah.
3. Semua teman-teman angkatan 2018 yang memberi banyak inspirasi dan pelajaran hidup, Serta kerja sama hingga akhir.
4. Almamaterku tercinta, Universitas Muhammadiyah Jember.



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN LOGO	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
PRAKATA.....	vii
UNGKAPAN TERIMAKASIH.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Masalah Penelitian	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Definisi Operasional.....	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS	
2.1 Kajian Pustaka.....	7
2.1.1 Sejarah Bola Voli	7
2.1.2 Pengertian Bola Voli	8
2.1.3 Teknik Dasar	8
2.1.4 Sarana dan Prasarana Bola Voli	16
2.1.5 Otot Tungkai	17
2.2 Hipotesis.....	20

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian	21
3.2 Rancangan Penelitian	21
3.3 Prosedur Penelitian.....	22
3.4 Populasi dan Sampel	23
3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	24
3.6 Teknik Pengumpulan Data	24
3.7 Instrumen Pengumpulan Data	25
3.8 Teknik Penganalisisan Data	28

BAB IV HASIL PENELITIAN

4.1 Deskripsi Data.....	29
4.2 Pengujian Hipotesis.....	32

BAB V PEMBAHASAN

5.1 Pembahasan.....	34
---------------------	----

BAB VI PENUTUP

6.1 Kesimpulan	36
6.2 Saran.....	36

LAMPIRAN-LAMPIRAN	39
--------------------------------	-----------

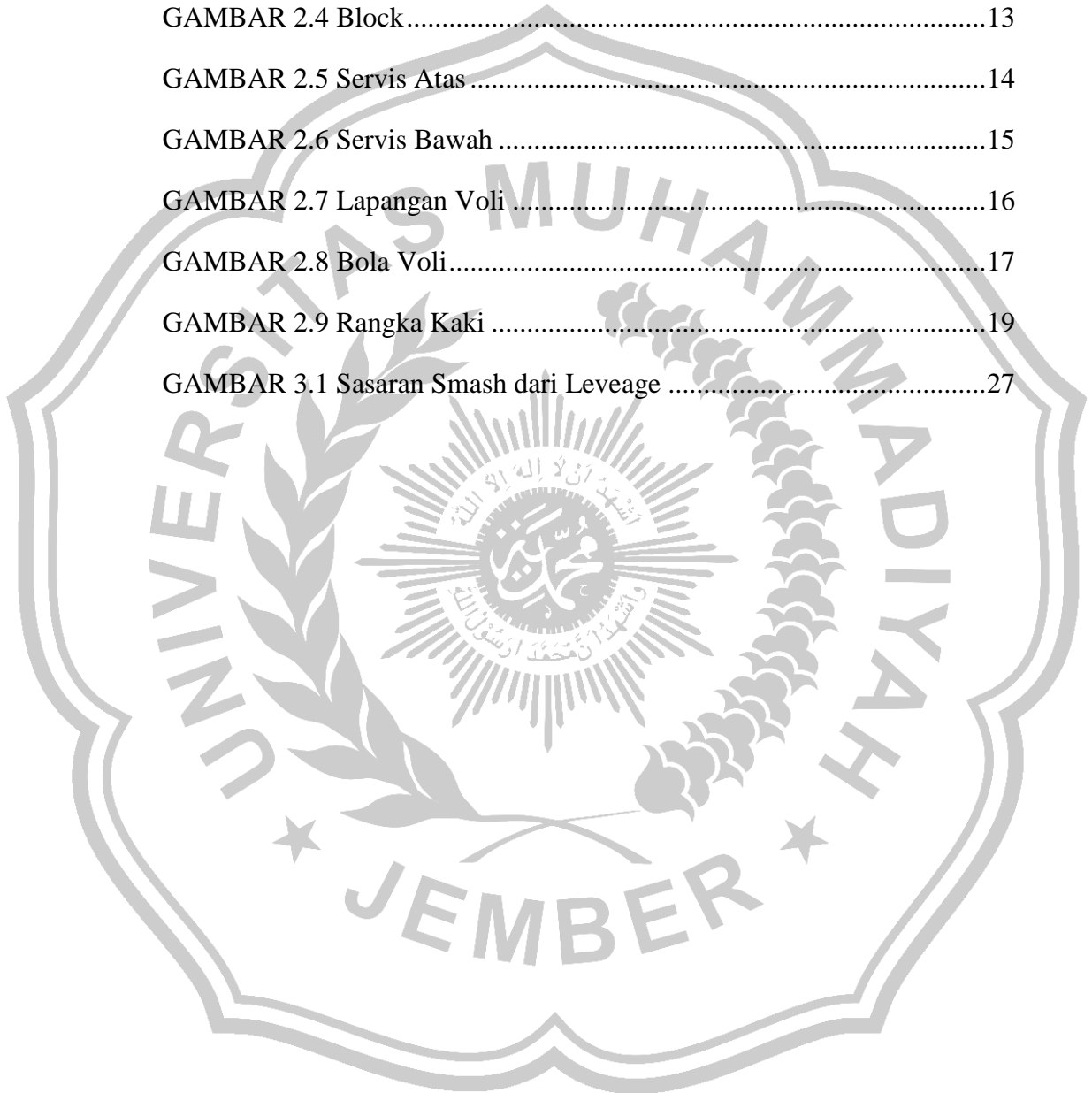
DAFTAR TABEL

TABEL 4.1 Hasil Tes Vertikal Jump.....	29
TABEL 4.2 Hasil Tes Smash.....	30
TABEL 4.3 Hasil Uji Normalitas.....	31
TABEL 4.4 Hasil Uji Korelasi.....	32



DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.1 Passing Bawah	9
GAMBAR 2.2 Passing Atas	10
GAMBAR 2.3 Smash.....	11
GAMBAR 2.4 Block.....	13
GAMBAR 2.5 Servis Atas	14
GAMBAR 2.6 Servis Bawah	15
GAMBAR 2.7 Lapangan Voli	16
GAMBAR 2.8 Bola Voli.....	17
GAMBAR 2.9 Rangka Kaki	19
GAMBAR 3.1 Sasaran Smash dari Leverage	27



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Surat Penelitian	39
LAMPIRAN 2 Alat Tes <i>Vertical Jump</i>	40
LAMPIRAN 3 Atlet Melakukan Tes <i>Vertical Jump</i>	41
LAMPIRAN 4 Atlet Melakukan Tes Smash	42
LAMPIRAN 5 Pernyataan Keaslian Penulis	43
LAMPIRAN 6 Riwayat Hidup	44

