



PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *SIDE TO SIDE BOX SHUFFLE* DAN *BOX JUMP* TERHADAP KETEPATAN *SMASH NORMAL* DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA SBV ASRI KALIJAMBE TAHUN 2022

SKRIPSI

OLEH:

MUHAMMAD SYARIF HIDATULLAH

D0217028

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Side To Side Box Shuffle* Dan *Box Jump* Terhadap Ketepatan *Smash Normal* Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra Sbv Asri Kalijambe Tahun 2022”, karya:

Nama : Muhammad Syarif Hidatullah

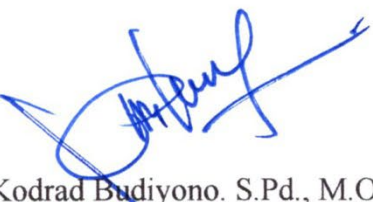
NIM : D0217028

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Disetujui:

Pembimbing 1



Kodrad Budiyono, S.Pd., M.Or
NIDN. 0619068401

Pembimbing 2



Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or
NIDN. 0612038301

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Side To Side Box Shuffle* Dan *Box Jump* Terhadap Ketepatan *Smash Normal* Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra SBV Asri Kalijambe Tahun 2022”, karya:

Nama : Muhammad Syarif Hidayatullah

NIM : D0217028

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Kamis

Tanggal : 13 Juli 2023

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Risa Agus Teguh W, S.Pd., M.Or

Sekretaris : Bagus Kuncoro, S.Pd., M.Or

Anggota I : Kodrad Budiyono, S.Pd., M.Or

Anggota II : Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan

Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

NIDK. 8800201019



ABSTRAK

Muhammad Syarif Hidayatullah. **PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN SIDE TO SIDE BOX SHUFFLE DAN BOX JUMP TERHADAP KETEPATAN SMASH NORMAL DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA SBV ASRI KALIJAMBE TAHUN 2022.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Maret 2022.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh metode latihan *side to side box shuffle* dan *box jump* terhadap ketepatan *smash normal* dalam permainan bola voli Pada Siswa Putra SBV Asri Kalijambe Tahun 2022, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode latihan *side to side box shuffle* dan *box jump* terhadap ketepatan *smash normal* dalam permainan bola voli Pada Siswa Putra SBV Asri Kalijambe Tahun 2022.

Sampel penelitian adalah Pada Putra SBV Asri Kalijambe dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil kemampuan *smash normal* dengan latihan *side to side box shuffle* dan *box jump* sebagai variabel bebas serta hasil kemampuan *smash normal* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan *smash normal* menggunakan tes kemampuan *smash normal* menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dari Nur Hasan (2001: 157). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan *side to side box shuffle* dan *box jump* terhadap ketepatan *smash normal* dalam permainan bola voli pada siswa putra SBV Asri Kalijambe Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 3.24$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan metode *side to side box shuffle* lebih baik pengaruhnya dari pada metode *box jump* dalam terhadap kemampuan *smash normal* dalam permainan bola voli pada siswa putra SBV Asri Kalijambe Tahun 2022. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan *smash normal* dalam permainan bolavoli menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode latihan *side to side box shuffle*) adalah 14.75% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat metode *box jump*) adalah 11.06%.

Kata Kunci : Latihan, Bola Voli, *Smash Normal*

ABSTRACT

Muhammad Sharif Hidatullah. DIFFERENCES IN THE EFFECT OF SIDE TO SIDE BOX SHUFFLE AND BOX JUMP TRAINING METHODS ON NORMAL SMASH ACCURACY IN VOLLEYBALL GAMES IN SBV ASRI KALIJAMBE MALE STUDENTS IN 2022. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan, March 2022.

The aim of the study was to determine the differences in the effect of the side to side box shuffle and box jump training methods on the accuracy of normal smashes in volleyball games for SBV Asri Kalijambe Boys Students in 2022, and if there are differences then to find out which is better between the side to side training methods box shuffle and box jump on normal smash accuracy in volleyball games for SBV Asri Kalijambe Boys Students in 2022.

The research sample was the male SBV Asri Kalijambe with a total of 30 students. Sampling using purposive sampling technique. The variable of this research is the result of normal smash ability with side to side box shuffle and box jump training as the independent variable and the result of normal smash ability is the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to find out normal smash abilities uses a normal smash ability test using instructions for carrying out the test from Nur Hasan (2001: 157). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using the short formula.

From the results of data analysis, the conclusions are obtained: (1) There is a significant difference in effect between the side to side box shuffle and box jump training methods on normal smash accuracy in volleyball games for male students of SBV Asri Kalijambe in 2022. This is evidenced from the results of the test calculations at the end of each group, namely $t_{count} = 3.24$ which is bigger than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) The side to side box shuffle method has a better effect than the box jump method on normal smash abilities in volleyball games for male students at SBV Asri Kalijambe in 2022. Based on the percentage increase in normal smash ability in volleyball games, it shows that group 1 (the group that received the side to side box shuffle training method) was 14.75% > group 2 (the group that received the box jump method) was 11.06%.

Keywords: Training, Volleyball, Normal Smash

MOTTO

*Dengan ilmu kehidupan menjadi mudah, dengan seni kehidupan menjadi indah,
dengan agama kehidupan menjadi lebih terarah dan bermakna.*

(Al Hadist)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Almamaterku tercinta

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat diatasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or Selaku Kaprodi Pendidikan Keahlian Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Kodrad Budiyo. S.Pd., M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Eriek Satya Haprabu, S.Pd., M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet SSB Putra Mustika Blora Tahun 2021 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat imbalan dari Allah Yang Maha Kuasa. Disadari dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, Maret 2022

M.S.H

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Pembatasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Perumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
E. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II LANDASAN TEORI	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Pustaka	Error! Bookmark not defined.
1. Hakikat Bolavoli	Error! Bookmark not defined.
2. Teknik Dasar Permainan Bolavoli	Error! Bookmark not defined.
3. Hakikat <i>Smash</i> Normal Bolavoli..	Error! Bookmark not defined.
4. Hakikat Latihan.....	Error! Bookmark not defined.
5. Latihan <i>Smash</i> Normal Metode <i>Side To Side Box Shuffle</i> ...	Error!
	Bookmark not defined.

6. Hakikat Latihan <i>Box Jump</i>	Error! Bookmark not defined.
B. Penelitian Yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
D. Pengajuan Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Tempat Dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi Dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
D. Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
E. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Deskripsi Data	Error! Bookmark not defined.
B. Uji Reliabilitas.....	Error! Bookmark not defined.
C. Pengujian Persyaratan Analisis	Error! Bookmark not defined.
D. Hasil Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Implikasi.....	Error! Bookmark not defined.
C. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ukuran lapangan bola voli	Error! Bookmark not
Gambar 2. Bola voli standar FIVB	Error! Bookmark not
Gambar 3. Daerah Jatuhnya Sasaran Umpan	Error! Bookmark not
Gambar 4. Gambar urutan gerakan-smash.....	Error! Bookmark not
Gambar 5. <i>Side To Side Box Shuffle</i>	Error! Bookmark not
Gambar 6. Latihan <i>box jump</i>	Error! Bookmark not
Gambar 7. Bagan Kerangka Berpikir.....	Error! Bookmark not
Gambar 8. Rancangan penelitian	Error! Bookmark not
Gambar 9. Bagan pengelompokan dengan <i>ordinal pairing</i>	Error! Bookmark not
Gambar 10. Lapangan tes smash.....	Error! Bookmark not

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes kemampuan Smash Normal dalam permainan bolavoli pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. <i>Range</i> Kategori Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data ...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 5. Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1).....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 7. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2 (K_2).....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 8. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2).....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 9. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2).....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Data Hasil Tes	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Rekapitulasi Data.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4. Menghitung Reliabilitas Dengan Anava.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5. Tabel Kerja Untuk Menghitung Perbedaan Peningkatan Hasil Smash Normal	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7. Uji Homogenitas.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8. Menghitung Standar Deviasi Kuadrat.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9. Menghitung Nilai Peningkatan Smash Normal.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10. Tabel Nilai-Nilai Chi-Kwadrat.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11. Tabel Distribusi F	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12. Tabel Nilai-Nilai t.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13. Nilai Tabel Kritis L Untuk Uji Liliefors.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

