

**PENGARUH PELATIHAN SMASH DI TEMBOK DENGAN
SMASH BERPASANGAN TERHADAP KETEPATAN SMASH
DITINJAU DARI KOORDINASI MATA TANGAN CLUB
BOLA VOLI KENDALI PUTRA**

TESIS



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
2024**

**PENGARUH PELATIHAN *SMASH* DI TEMBOK DENGAN
SMASH BERPASANGAN TERHADAP KETEPATAN *SMASH*
DITINJAU DARI KOORDINASI MATA TANGAN CLUB
BOLA VOLI KENDALI PUTRA**

TESIS

Diajukan kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan
Program Studi Pendidikan Olahraga

Oleh

I WAYAN SANTIKA YASA

NIM 2129121013



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

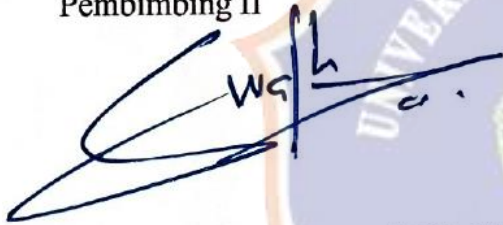
Tesis oleh I Wayan Santika Yasa ini telah diperiksa dan disetujui untuk mengikuti Ujian Tesis.

Singaraja,
Pembimbing I

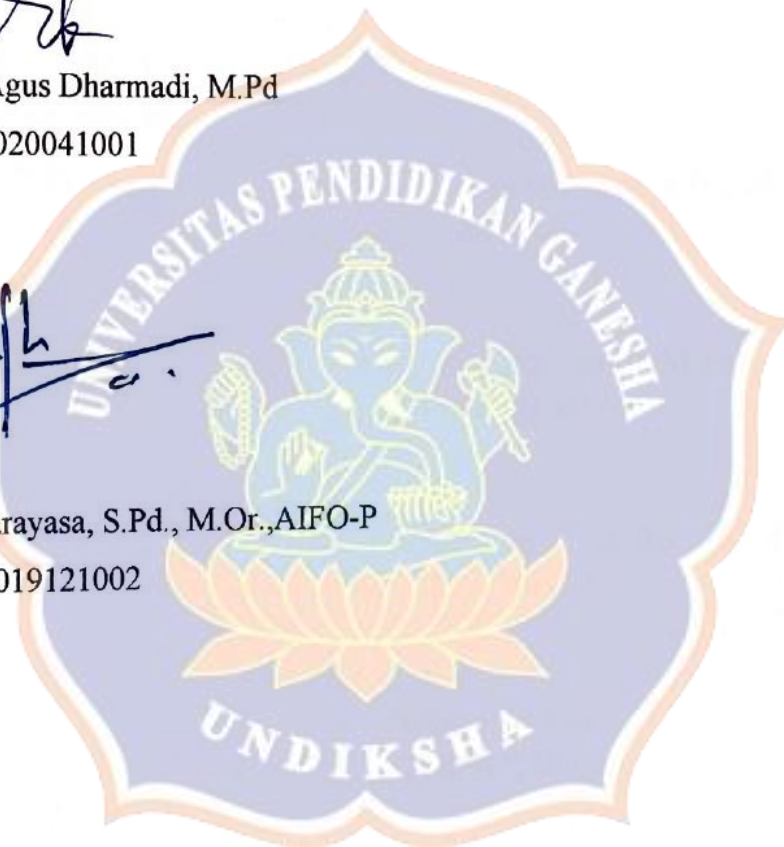


Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, M.Pd
NIP. 197608272020041001

Pembimbing II



Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or.,AIFO-P
NIP. 198003112019121002



LEMBAR PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Tesis oleh I Wayan Santika Yasa ini dipertahankan di depan tim penguji dan dinyatakan diterima sebagai salah satu prasyarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Program Studi Pendidikan Olahraga, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Singaraja,



Oleh
Tim Penguji

Ketua
Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P
NIP. 198410252008121002



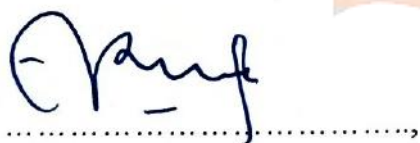
Anggota
Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, M.Pd
NIP. 197608272006041001



Anggota
Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
NIP. 198003112019121002



Anggota
Dr. I Ketut Sudiana, M.Kes
NIP. 196705272001121001



Anggota
Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis
NIP. 197812142001122001

Mengetahui

Direktur Program Pascasarjana Undiksha,



Prof. Dr. Nyoman Jampel, M.Pd
NIP. 195910101986031003

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dari Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha merupakan hasil karya sendiri. Bagian-bagian tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai dengan norma, kaidah, serta etika akademis.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku di Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Singaraja, 15 Juli 2024
Yang memberi pernyataan,




(I Wayan Santika Yasa)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan anugerah-Nya, sehingga Tesis yang berjudul “Pengaruh Pelatihan *Smash* di tembok dengan *Smash* berpasangan terhadap ketepatan *Smash* di tinjau dari koordinasi mata tangan klub bola voli Kendali Putra”, dapat terselesaikan.

Tesis ini ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan Program Pascasarjana di Universitas Pendidikan Ganesha. terselesainya tesis ini telah memperoleh uluran tangan dari berbagai pihak. Untuk itu, ijinakan peneliti untuk menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Rektor Undiksha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd., Direktur pascasarjana yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti di Pascasarjana Undhiksa
3. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd.,M.Or.,AIFO-P., Selaku Koorprodi, Pembimbing II, dan Dewan Penguji 2 atas segala pelayanan, motivasi, dan saran saat peneliti menempuh pendidikan di Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Undiksha.
4. Dr. I Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd, M.Pd.,AIFO-P., Sekprodi, dan Ketua Dewan Penguji atas segala pelayanan administrasi dan saran saat peneliti menempuh pendidikan di Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Undiksha.
5. Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, M.Pd., selaku Pembimbing I dan Dewan Penguji 1 yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang demikian bermakna, sehingga peneliti mampu melewati berbagai hambatan dalam perjalanan studi dan penyelesaian tesis ini.
6. Dr. I Ketut Sudiana, M.Kes., selaku Dewan Penguji 3 yang telah banyak memberikan masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan Tesis ini
7. Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis., selaku Dewan Penguji 4 yang telah banyak memberikan masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan Tesis ini

8. Dosen pengajar di Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana Undiksha, di Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana Undiksha yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan, motivasi, dan saran selama peneliti melanjutkan studi.
9. I Made Arya Dhama Suka Kepala Pelatih klub bola voli Kendali Putra yang telah mengizinkan peneliti melakukan penelitian kepada peserta didiknya.
10. Pada Atlet klub bola voli Kendali Putra yang berpartisipasi dalam penelitian ini.
11. Teman-teman seangkatan di Program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana Undiksha, dengan karakternya masing-masing yang telah banyak berkontribusi membentuk kedirian peneliti selama peneliti menjalani studi dan penyelesaian tesis ini.
12. I Made Mardika dan Sumiasih Orang tua penulis, yang telah banyak membantu secara moral selama menjalani studi dan penyelesaian Tesis ini.
13. Ni Putu Meisa Gita Saraswati, S.Ak istri penulis, yang telah banyak membantu secara material dan moral selama menjalani studi dan penyelesaian Tesis ini.
14. Ni Putu Sahita Gyani Yasa anak penulis, turut memberikan semangat dan doa selama saya melaksanakan perkuliahan dan menyelesaikan studi di program Studi Pendidikan Olahraga (S2) Pascasarjana Undiksha.

Semoga semua bantuan yang telah diberikan dalam menyelesaikan Tesis ini, mereka diberkati imbalan yang sepadan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Peneliti menyadari bahwa Tesis ini masih belum sempurna. Untuk itu dimohon masuknya yang bersifat konstruktif demi lebih sempurnanya Tesis ini.

Singaraja, 27 Juli 2024

Peneliti

KATA PERSEMBAHAN

Dengan segala puja dan puji syukur kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa saya persembahkan tesis ini kepada:

ORANG TUA TERCINTA

“terima kasih atas doa, kasih sayang, motivasi, dan segala pengorbanan yang tiada henti diberikan”

TEMAN SEPERJUANGAN

“Yang selalu memberikan doa, dukungan, dan memberikan motivasi tiada henti”



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
KATA PERSEMBAHAN	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang dan Permasalahan	1
1.2. Identifikasi Masalah	9
1.3. Batasan Masalah	9
1.4. Rumusan Masalah	10
1.5. Tujuan dan Manfaat Penelitian	10
1.5.1. Tujuan Penelitian	10
1.5.2. Manfaat Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORI	12
2.1. Hakikat Permainan Bola voli	12
2.2. Teknik Dasar dalam Permainan Bola Voli	13
2.3. Hakikat Smash Bola voli	16
2.4. Hakikat Latihan	21
2.5. Hakikat Ketepatan	29
2.6. Model Latihan Smash	31
2.7. Hakikat Koordinasi Mata Tangan	34
2.8. Penelitian yang Relevan	37

2.9.	Kerangka berpikir	40
2.10.	Hipotesis	42
BAB III METODE PENELITIAN.....		43
3.1.	Jenis dan Rancangan Penelitian	43
3.2.	Waktu dan Tempat Penelitian	45
3.3.	Subjek Penelitian	45
3.4.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	47
3.5.	Prosedur Penelitian	48
3.6.	Program Latihan.....	49
3.7.	Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	50
3.8.	Teknik Analisis Data	55
3.9.	Jadwal Penelitian	59
BAB IV		61
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		61
4.1.	Deskripsi Hasil Penelitian.....	61
4.2.	Deskripsi Data Penelitian.....	61
4.3.	Hasil Uji Prasyarat	64
4.4.	Hasil Uji Hipotesis.....	65
4.5.	Pembahasan.....	70
4.6.	Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V KESIMPULAN		81
5.1	Kesimpulan	81
5.2	Implikasi	81
5.3	Saran	82
DAFTAR PUSTAKA		83
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		91

DAFTAR TABEL

	(halaman)
Tabel 3.1 Desain Faktorial By Level 2x2	42
Tabel 3.2 Tabel Ringkasan Rumus Statistika ANAVA Dua Jalur.....	58
Tabel 3.3 Jadwal Penelitian.....	60
Tabel 4.1 Data Pretest dan Posttest Ketepatan <i>Smash</i>	61
Tabel 4.2 Data Deskriptif Pretest dan Posttest.....	63
Tabel 4.3 Rangkuman Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 4.4 Rangkuman Hasil Uji Homogenitas	65
Tabel 4.5 Hasil Uji ANAVA Pelatihan <i>Smash</i> di Tembok dan Koordinasi Mata Tangan Tinggi	66
Tabel 4.6 Hasil Uji ANAVA Interaksi antara <i>Smash</i> pada Tembok dan <i>Smash</i> Berpasangan terhadap Koordinasi Mata Tangan.....	67
Tabel 4.7 Hasil Uji ANAVA Ketepatan <i>Smash</i> antara Atlet Voli dengan Latihan Koordinasi Mata Tangan Tinggi.....	69
Tabel 4.7 Hasil Uji ANAVA Ketepatan <i>Smash</i> antara Atlet Voli dengan Latihan Koordinasi Mata Tangan Rendah.....	70



DAFTAR GAMBAR

	(halaman)
Gambar 2. 1 Gerakan Lanjutan	16
Gambar 2. 2 Gerakan <i>Smash</i> Normal	18
Gambar 2. 3 Gerakan <i>Smash</i> Semi.....	19
Gambar 2. 4 Gerakan <i>Smash</i> Pull	19
Gambar 2. 5 Gerakan <i>Smash</i> Back Attack	20
Gambar 2. 6 Sistem Tangga Prinsip Overload.....	24
Gambar 2. 7 <i>Smash</i> di dinding	32
Gambar 2. 8 <i>Smash</i> Berpasangan.....	33
Gambar 2. 9 Kerangka Berfikir	42
Gambar 3. 1 Bentuk Tes <i>Wall Spike</i>	52
Gambar 3. 2 Sasaran Tes Ketepatan <i>Smash</i>	54
Gambar 4. 1 Diagram Ketepatan <i>Smash</i>	69
Gambar 4. 2 Grafik Hasil Uji Interaksi.....	76



DAFTAR LAMPIRAN

	(halaman)
Lampiran 1. Menu Program Latihan	91
Lampiran 2. Permohonan Ijin Pengambilan Data.....	95
Lampiran 3. Surat Balasan	96
Lampiran 4. Jenis-jenis <i>smash</i>	97
Lampiran 5. Proses penelitian	99
Lampiran 6. Data Penelitian.....	103
Lampiran 7. Hasil Analisis Data.....	111

