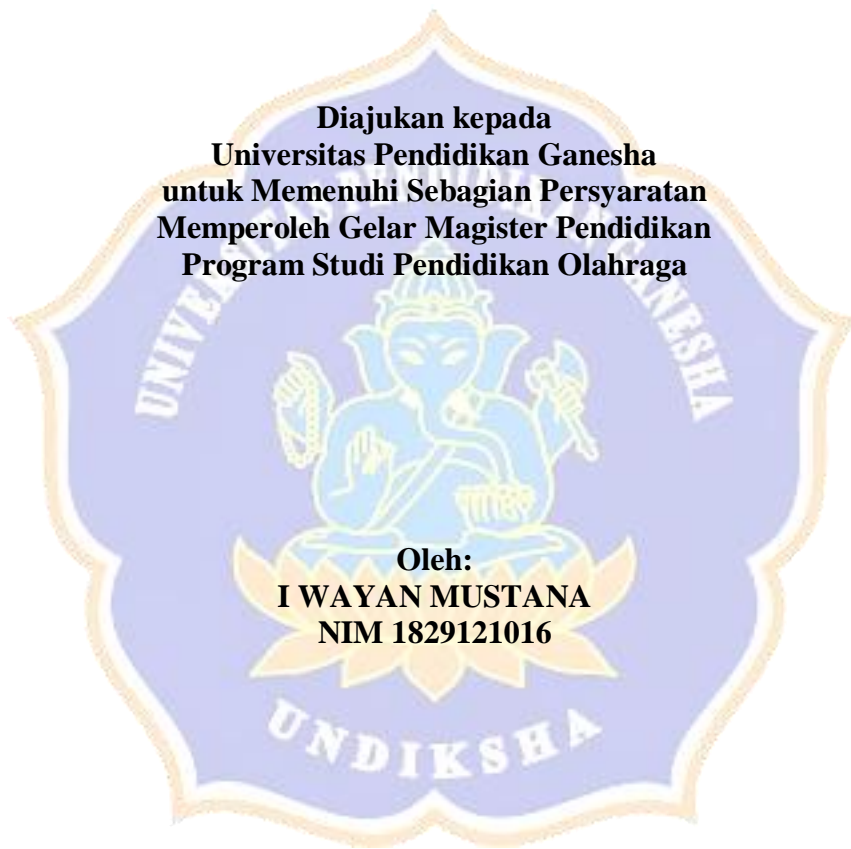


**KORELASI TINGGI BADAN, PANJANG LENGAN DAN  
KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN HASIL BELAJAR  
KETERAMPILAN BERMAIN BOLA VOLI PESERTA DIDIK  
KELAS X IPA SMA NEGERI 1 KUTA  
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

**TESIS**

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



**Oleh:  
I WAYAN MUSTANA  
NIM 1829121016**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
PASCASARJANA  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLARHAGA  
2021**

## **Lembar Persetujuan Pembimbing**

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

Singaraja, 24 Mei 2021

Pembimbing I



Dr. H. Wahjoedi.  
NIP 19700129 199403 1 002

Pembimbing II




Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd, M.Kes.  
NIP. 19670527 200112 1 001


## Lembar Persetujuan Tim Penguji


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

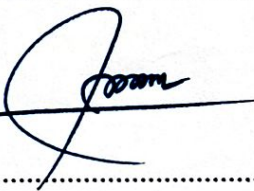
Disetujui pada tanggal : 27 Juli 2021


oleh  
Tim Penguji

  
....., Ketua (Dr. H. Wahjoedi.)  
NIP 19700129 199403 1 002

  
....., Anggota 1/PB I (Dr. H. Wahjoedi.)  
NIP 19700129 199403 1 002

  
....., Anggota 2/PB II (Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes.)  
NIP 19670527 200112 1 001

  
....., Anggota 3 (Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.)  
NIP 19730926 200112 1 001

  
....., Anggota 4 (Dr. Syarif Hidayat, S.Pd., M.Pd.)  
NIP 19771115 200112 1 001

Mengetahui Direktur  
Pascasarjana Undiksha,

  
  
Prof. Dr. Gusti Putu Suharta, M.Si.  
NIP 19621215 198803 1 002



## LEMBAR PERNYATAAN

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

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya 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 wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Singaraja, 15 Pebruari 2021

Yang memberi pernyataan



I Wayan Mustana

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas anugrahNya, tesis yang berjudul: “Korelasi Tinggi Badan, Panjang Lengan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Hasil Belajar Keterampilan Bermain Bolavoli Peserta Didik Kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021”, dapat diselesaikan sesuai dengan yang direncanakan.

Tesis ini ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha pada Program Studi Pendidikan Olahraga. terselesaikannya tesis ini telah banyak memperoleh uluran tangan dari berbagai pihak. Untuk itu, ijin penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada pihak-pihak berikut.

1. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd., selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan bantuan secara moral dan memfasilitasi berbagai kepentingan penulis dalam menyelesaikan tesis ini;
2. Prof. Dr. I Gusti Putu Suharta, M.Si., selaku Direktur Pascasarjana Undiksha dan staf, yang telah banyak membantu selama penulis menyelesaikan tesis ini;
3. Dr. H. Wahjoedi, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga dan Pembimbing I yang telah banyak membantu dan memotivasi penulis selama penyusunan tesis ini;
4. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes. sebagai Pembimbing II yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang demikian bermakna, sehingga penulis mampu melewati berbagai hambatan dalam perjalanan studi dan penyelesaian tesis ini;
5. Dr. I Ketut Iwan Swadesi, S.Pd., M.Or. sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu dan memotivasi penulis selama penyusunan tesis ini;
6. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd, M.Pd. dan Dr. Syarif Hidayat, S.Pd, M.Pd. sebagai penguji yang telah banyak memberikan masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan tesis ini;

7. Drs. I Ketut Sumandhi Arta, M.Pd, selaku Kepala SMA Negeri 1 Kuta yang telah memberikan izin dan bantuan administratif sehingga penulis memperoleh kesempatan melanjutkan studi dan menyelesaikan tesis ini;
8. Drs. I Gusti Ngurah Bagus, M.Pd, I Wayan Suastika, S.Pd, I Made Sudarma, S.Pd., M.Fis., selaku rekan kerja yang telah membantu penulis dalam pengambilan data penelitian ini;
9. Para peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 1 Kuta tahun pelajaran 2020/2021 yang telah terlibat banyak sebagai subjek penelitian;
10. Rekan-rekan seangkatan di Program Studi Pendidikan Olahraga yang saling memberikan dukungan dan semangat selama menjalani studi dan penyelesaian tesis ini;
11. Bapak I Wayan Lain, Ibu Ni Wayan Ujung, Ni Luh Gede Wedy dan I Made Sandhi Musdiarsa, selaku orang tua, istri dan anak penulis, yang telah mendukung dan membantu secara material dan moral selama menempuh pendidikan ini.

Semoga semua bantuan yang telah mereka berikan dalam menyelesaikan studi ini, mendapatkan imbalan yang sepadan oleh Tuhan Yang Maha Esa, kesehatan, dan keharmonisan dalam menjalani kehidupan.

Penulis menyadari bahwa tesis ini belum sempurna. Namun kehadirannya dalam konstelasi masyarakat akademis akan menambah perbendaharaan ilmu dalam perkembangan ilmu pengetahuan. Semoga tesis ini bermanfaat bagi masyarakat akademis, terutama mereka yang menyatakan diri bernaung di bawah kebesaran panji-panji pendidikan.

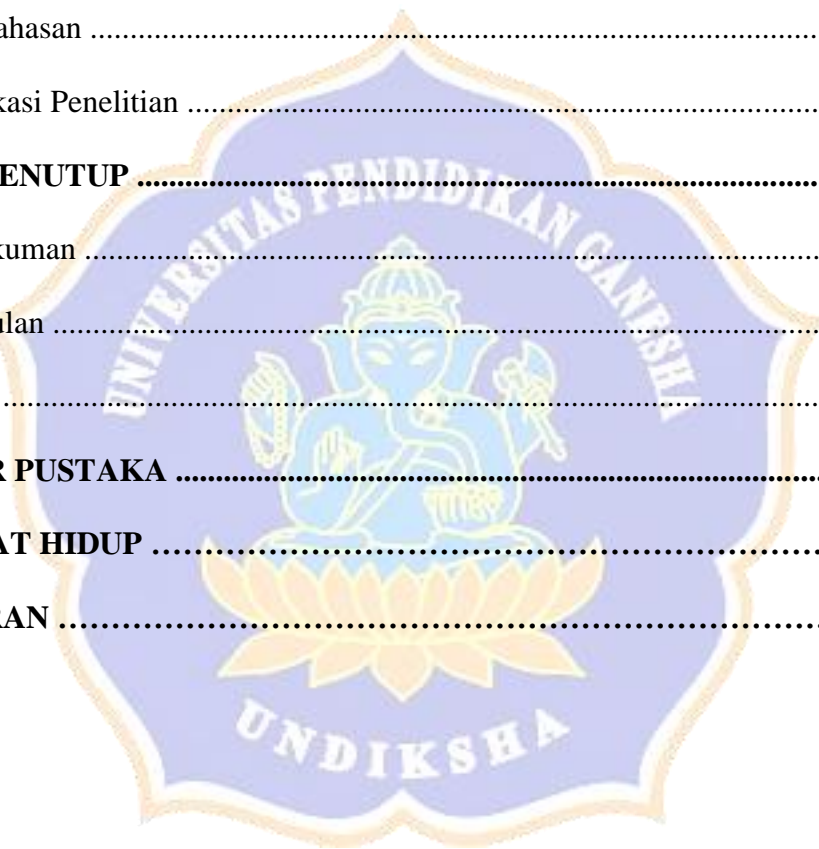
Singaraja, 15 Pebruari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

	(halaman)
<b>PRAKATA .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	5
1.3 Pembatasan Masalah .....	6
1.4 Rumusan Masalah .....	6
1.5 Tujuan Penelitian .....	7
1.6 Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
2.1 Deskripsi dan Preskripsi Teori.....	10
2.2 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan .....	26
2.3 Kerangka Berpikir .....	31
2.4 Hipotesis Penelitian .....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
3.1 Rancangan Penelitian .....	37
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian .....	38
3.3 Definisi Operasional Variabel .....	39

3.4 Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian .....	40
3.5 Metode Analisis Data .....	51
3.6 Indikator Keberhasilan Penelitian .....	57
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>58</b>
4.1 Deskripsi Data .....	58
4.2 Hasil Penelitian .....	66
4.3 Pembahasan .....	76
4.4 Implikasi Penelitian .....	78
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>81</b>
5.1 Rangkuman .....	81
5.2 Simpulan .....	83
5.3 Saran .....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>85</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>90</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>91</b>





## DAFTAR TABEL

	<i>(halaman)</i>
Tabel 3.1 Jumlah Populasi Kelas X Sma Negeri 1 Kuta .....	38
Tabel 3.2 Jumlah Populasi Yang Berhak Menjadi Sampel .....	39
Tabel 3.3 Data Normatif Untuk Tes <i>Push Up</i> .....	45
Tabel 3.4 Uji Validitas Dari Instrumen Tes <i>Push Up</i> .....	46
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas Instrumen Tes <i>Push Up</i> .....	47
Tabel 4.1 Jadwal Kegiatan Pengambilan Data Penelitian .....	58
Tabel 4.2 Deskripsi Statistik Frekuensi Data .....	59
Tabel 4.3 Statistik Frekuensi Tinggi Badan .....	60
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Tinggi Badan .....	60
Tabel 4.5 Statistik Frekuensi Panjang Lengan .....	62
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Panjang Lengan .....	62
Tabel 4.7 Statistik Frekuensi Kekuatan Otot Lengan .....	63
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Lengan .....	64
Tabel 4.9 Statistik Frekuensi Hasil Belajar Keterampilan Bermain Bolavoli .....	65
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Keterampilan Bermain Bolavoli .....	65
Tabel 4.11. Hasil Uji Korelasi $X_1$ -y .....	67
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi $X_2$ -y.....	67
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi $X_3$ -y.....	68
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi $X_1$ . $X_2$ ...	69
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi $X_1$ dan $X_3$ .....	69
Tabel 4.16 Hasil Uji Korelasi $X_2$ - $X_3$ ...	70
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi $X_1$ , $X_2$ , y .....	71

Tabel 4.18 Hasil Uji Korelasi $X_1, X_2, X_3, y$ .....	72
Tabel 4.19 ANOVA $b$ .....	73
Tabel 4.20 One-Sample Kolmogorov-Smirnov $V$ .....	74
Tabel 4.21 ANOVA Table .....	75



## DAFTAR GAMBAR

	(halaman)
Gambar 2.1 Posisi Anatomi .....	11
Gambar 2.2 Anatomi Gerakan Lengan .....	15
Gambar 2.3 Otot Dan Lengan .....	19
Gambar 2.4 Servis Bawah Bolavoli .....	22
Gambar 2.5 Servis Atas Bolavoli .....	23
Gambar 2.6 Passing Bawah Bolavoli .....	24
Gambar 2.8 Passing Atas Bolavoli .....	26
Gambar 3.1 Desain Penelitian .....	37
Gambar 3.2 Stadiometer .....	42
Gambar 3.3 Meteran .....	43
Gambar 3.4 Teknik <i>Push Up</i> Putra Dan Putri .....	45
Gambar 3.5 <i>Stop Watch</i> .....	46
Gambar 3.6 Lapangan Untuk Tes Servis .....	49
Gambar 3.7 Lapangan Untuk Tes Passing .....	51
Gambar 4.1 Histogram Tinggi Badan .....	61
Gambar 4.2 Histogram Panjang Lengan .....	63
Gambar 4.3 Histogram Kekuatan Otot Lengan .....	64
Gambar 4.4 Histogram Hasil Belajar Keterampilan Bermain Bolavoli .....	66

## DAFTAR LAMPIRAN

(halaman)

Lampiran 1. Surat Rekomendasi Dari Pacea Sarjana UNDIKSHA Singaraja ....	91
Lampiran 2. Surat Rekomendasi Dari Kepala SMA Negeri 1 Kuta .....	92
Lampiran 3. Nama-Nama Peserta didik Kelas X IPA Sebagai Populasi Penelitian .....	93
Lampiran 4. Nama Peserta didik Sebagai Sampel Penelitian .....	102
Lampiran 5. Tabulasi Pengukuran Tinggi Badan, Panjang Lengan dan Kekuatan Otot Lengan .....	104
Lampiran 6. Tabulasi Hasil Pengukuran Tes Push Up .....	106
Lampiran 7. Tabulasi Hasil Tes Servis Atas Bolavoli (Tes 1) .....	108
Lampiran 8. Tabulasi Hasil Tes Servis Atas Bolavoli (Tes 2) .....	110
Lampiran 9. Rekapitulasi Hasil Tes Servis Atas Bolavoli .....	112
Lampiran 10. Rekapitulasi Hasil Tes Passing Atas Bolavoli .....	114
Lampiran 11. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Tes <i>Pus Up</i> .....	116
Lampiran 12. Uji Persyaratan Analisis data .....	119
Lampiran 13. Foto-Foto Pengambilan Data Penelitian .....	149