

**PENGARUH LATIHAN SERVIS BAWAH DENGAN JARAK
BERTAHAP TERHADAP HASIL SERVIS BAWAH PERMAINAN
BOLA VOLI SISWA PUTRA KELAS VIII SMP SRIJAYA
NEGARA PALEMBANG**

Skripsi Oleh :

NURRAHMAN

Nomor Induk Mahasiswa 06091406017

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG**

2013

R.22915/22899

S
796.325 07
mur
P
2013
9.140004

**PENGARUH LATIHAN SERVIS BAWAH DENGAN JARAK
BERTAHAP TERHADAP HASIL SERVIS BAWAH PERMAINAN
BOLA VOLI SISWA PUTRA KELAS VIII SMP SRIJAYA
NEGARA PALEMBANG**



Skripsi Oleh :

NURRAHMAN

Nomor Induk Mahasiswa 06091406027

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

PALEMBANG

2013

**PENGARUH LATIHAN SERVIS BAWAH DENGAN JARAK BERTAHAP
TERHADAP HASIL SERVIS BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI SISWA
PUTRA KELAS VIII SMP SRIJAYA NEGARA PALEMBANG**

OLEH:

NURRAHMAN

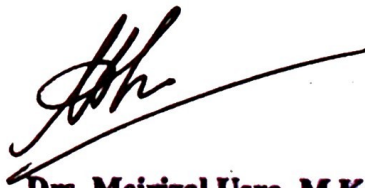
Nomor Induk Mahasiswa : 06091406027

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN

Disetujui

Sebagai Skripsi Program Strata 1

Pembimbing I



Drs. Meirizal Usra, M.Kes

NIP. 196105281987021003

Pembimbing II



Drs. Afrizal, M.Kes.

NIP.196106211987031002

Disahkan,

Ketua Pelaksana Kampus Palembang



Dr. Sukirno

NIP 195508101983031005

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 10 Desember 2013

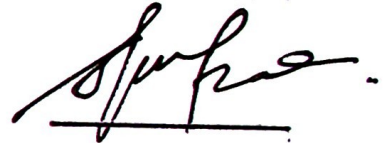
Tim Penguji :

Tanda Tangan

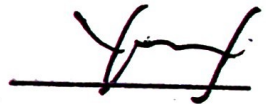
Ketua : Drs. Meirizal Usra, M.Kes



Sekretaris : Drs. Afrizal, M.Kes



Anggota : Prof. Dr. dr. Fauziah Nuraini Kurdi, Sp.RM, MPH



Anggota : Drs. Syamsuramel, M.Kes



Anggota : Dr. Sukirno



Palembang, 27 Desember 2013
Disetujui oleh,
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Drs. Waluyo M.Pd

NIP 195601241984031001

SURAT PERNYATAAN

Nama : Nurrahman
Nim : 06091406027
Program Studi : Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Servis Bawah Dengan Jarak Bertahap Terhadap Hasil Servis Bawah Permainan Bola Voli Siswa Putra Kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Seluruh data data informasi, interpretasi serta pengamatan dalam pembahasan dan kesimpulan yang di sajikan dalam karya ilmiah ini, kecuali yang disertai sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan peneliti, pengolahan data serta pemikiran saya dengan pengarahan para pembimbing yang di tetapkan. Karya ilmiah yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah di ajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di universitas sriwijaya maupun perguruan tinggi lain.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya, apabila dikemudian hari bukti ketidak benaran dalam pernyataan tersebut , maka saya bersedia menerima saksi akademik.

Palembang, Desember 2013

Yang membuat pernyataan



NURRAHMAN

NIM 06091406027

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

- ❖ *Kedua orang tuaku, ayah (H.Muchtadin) dan ibu (Hj.Asniwati) yang selalu mendukung semua kegiatan yang aku ikuti, selalu mendo'akan, menasehati dan membimbingku demi keberhasilanku.*
- ❖ *Saudaraku (Junius Harmainmas, Novria Anggeraini, Tanzilah dan Fitria Zahara) mamang dan bibi (Hasanudin dan Jumria) serta keluarga besarku terimakasih atas semangat, dukungan dan do'a kalian.*
- ❖ *Teman-teman seperjuangan FKIP PENJASKES'09 Palembang (Intan, Hery, Aji, Rilman, Medi, Donny, Nanda, Rani, Robet, Perwadi, Wenti, Fadli, Afrachman, Anisah, Rian, Yogi, Urip, Roy, Multi, Robi, Wenty, Agil, Beda, Rama, Izal, Febri, Epa, Aldo, Ilham, Juanda, Dhani, Yunus, Amitia, Aidil, Ady, Okta, Susilo, Madon) Sukses untuk kita semua.*
- ❖ *Sahabat-sahabatku (Dhani, Rilman, Aldo, Hery, Rama, Robi, Ilham, Aidil, Yogi, Fadli, Kasih, Inggit, Dina, Rina, Dwi, Agil, Nanda, Budi, Silo, Urip, Izal, Gugun, Agus, Aji, Fandi, Pupur, Junet, Andy, Ilham, Kiki) kenanglah sahabat, kita untuk selamanya.*
- ❖ *Bangsa dan agamaku.*
- ❖ *Almamaterku.*

Motto:

- ❖ *Hidup di dunia hanya satu kali, jalanilah dengan penuh arti.*
- ❖ *Setiap masalah yang datang dalam hidup ini pasti ada hikma dan arti.*
- ❖ *Satu untuk semua, Semua untuk satu.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah mengaruniakan rahmat dan petunjuk-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa shalawat beriring salam tercurah kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya sekalian hingga akhir zaman, yang telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Alhamdulillah, berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : "Pengaruh Latihan Servis Bawah Dengan Jarak Bertahap Terhadap Hasil Servis Bawah Permainan Bola Voli Siswa Putra SMP Srijaya Negara Palembang". Penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, baik isi maupun penulisannya. Maka dari itu penulis mengharapkan adanya masukan dan kritik yang tentunya bersifat membangun demi terwujudnya hasil yang lebih baik lagi kedepan. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat untuk penulis sendiri maupun kebutuhan ilmu pengetahuan bagi pembaca dan dunia olahraga khususnya permainan bola voli.

Wassalam,

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat-Nyalah skripsi ini dapat penulis selesaikan. Dan tidak lupa pula salawat beriring salam selalu terucap kepada junjungan nabi besar Muhammad SAW beserta pengikut pengikutnya dahulu sekarang hingga akhir zaman nanti

Adapun penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat gunu mencapai gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Penjaskes dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas

Pada pelaksanaan penyusunan skripsi ini, banyak pihak yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam memberikan bantuan serta bimbingan kepada penulis, oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A. Selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak. Sofendi, M.A.Ph.D. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.
3. Bapak Drs. Waluyo, M.Pd. Selaku Ketua program studi Penjaskes.
4. Bapak Drs. Meirizal Usra, M.Kes Selaku pembimbing I. dan Bapak Drs. Afrizal, M.kes selaku pembimbing II.
5. Ibu Prof. Dr. dr. Fauziah Nuraini Kurdi, SpRM, MPH, Bapak Syamsuramel, M.Kes dan Dr. Sukirno sebagai tim penguji.
6. Seluruh dosen FKIP Penjaskes yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di perguruan Tinggi Universitas Sriwijaya.
7. Para staf tata usaha FKIP yang telah membantu dan memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

8. Bapak Drs. Rusmin AR, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Srijaya Negara Palembang.
9. Bapak ibu guru, staf tata usaha dan siswa SMP Srijaya Negara Palembang.
10. Bagi siapapun yang pernah berdo'a untukku, terima kasih.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kepentingan ilmu pendidikan pada umumnya dan Pendidikan Program studi Pendidika jasmani dan kesehatan khususnya.

Palembang, Desember 2013

Penulis

NURRAHMAN

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN TELAH DIUJI DAN LULUS.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	2
1.3 Batasan Masalah	3
1.4 Rumusan Masalah.....	3
1.5 Tujuan Masalah	3
1.6 Manfaat Penelitian	3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Hakikat Permainan Bola Voli	5
2.2 Hakikat Teknik Dasar Permainan Bola Voli.....	6
2.3 Hakikat Servis Permainan Bola Voli	7
2.4 Servis Bawah Permainan Bola Voli.....	8
2.5 Otot-otot Utama Saat Melakukan Servis Bawah	9
2.6 Sarana Dan Prasarana Bola Voli.....	10
2.6.1 Ukuran Lapangan	10
2.6.2 Garis-garis Lapangan	10
2.6.3 Net dan Tiang	11
2.6.4 Antena	11
2.6.5 Tinggi Net	11
2.6.6 Bola	12
2.7 Hakikat Latihan	12
2.8 Prinsip Latihan	13
2.9 Aspek-aspek Latihan.....	16
2.10 Latihan Servis Dengan Jarak Bertahap	18
2.11 Kerangka Fikir	19
2.12 Hipotesis	20

BAB III METODE PENELITIAN.....	21
3.1 Jenis Penelitian.....	21
3.2 Variabel Penelitian.....	21
3.3 Definisi Operasional Variabel	21
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	22
3.4.1 Populasi Penelitian.....	22
3.4.2 Sampel Penelitian	22
3.4.3 Teknik Sampling	22
3.5 Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
3.5.1 Tempat Penelitian	24
3.5.2 Waktu Penelitian.....	24
3.6 Instrumen Penelitian	25
3.7 Rancangan Penelitian.....	26
3.8 Program Latihan.....	27
3.9 Metode Pengumpulan Data.....	30
3.10 Teknik Analisis Data	31
3.11 Uji Normalitas	31
3.12 Uji Homogenitas.....	33
3.13 Uji Hipotesis	33

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Hasil Penelitian.....	35
4.1.1 Deskripsi Pelaksanaan Penelitian	35
4.1.2 Deskripsi Data Hasil Tes	35
4.1.3 Analisis Data	36
4.1.4 Uji Normalitas Data	36
4.1.4.1 Uji Normalitas <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen	36
4.1.4.2 Uji Normalitas <i>Pretest</i> Kelompok Kontrol	39
4.1.4.3 Uji Normalitas <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	41
4.1.4.4 Uji Normalitas <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	44
4.1.5 Uji Homogenitas	46
4.1.6 Uji Hipotesis.....	48
4.2 Pembahasan	52
4.2.1 Pembahasan hasil data kelompok eksperimen <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	52
4.2.2 Pembahasan hasil data kelompok kontrol <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	53
4.2.3 Uji Normalitas	53
4.2.4 Uji Homogenitas.....	53
4.2.2 Pengujian Hipotesis.....	54

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
5.1 Kesimpulan.....	57
5.2 Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Teknik Sampling.....	23
2. Program Latihan	27
3. Mean Nilai <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> dari Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	36
4. Interval Dari Data <i>Pretest</i> Hasil Servis Bawah Kelompok Eksperimen.	37
5. Interval Dari Data <i>Pretest</i> Hasil Servis Bawah Kelompok Kontrol	40
6. Interval Dari Data <i>Posttest</i> Hasil Servis Bawah Kelompok Eksperimen	42
7. Interval Dari Data <i>Posttest</i> Hasil Servis Bawah Kelompok kontrol.....	45
8. Penghitungan Uji Homogenitas	47
9. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol	48
10. Pengelompokan Sampel Dengan Sistem Ordinal Pairing.....	79
11. Data Hasil <i>pretest</i> Kemampuan Servis Bawah	80
12. Data Hasil <i>Posttest</i> Kemampuan Servis bawah Kelompok Eksperimen	82
13. Data Hasil <i>Posttest</i> Kemampuan Servis bawah Kelompok Kontrol	83
14. Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	84
15. Program Latihan Servis Bawah Dengan Jarak Bertahap	85
16. Harga Kritik Chi Kuadrat.....	86
17. Distribusi t.	87

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 1. Tehnik Dasar Servis Bawah	9
2. Gambar 2. Otot Lengan Atas	9
3. Gambar 3. Otot Lengan Bawah.....	10
4. Gambar 4. Lapangan Permainan Bola Voli	11
5. Gambar 5. Bola Voli	12
6. Gambar 6. Latihan Servis Bawah Jarak Bertahap.....	18
7. Gambar 7. Lapangan Tes Servis Bawah	26
8. Gambar 8 & 9. Tempat Penelitian SMP Srijaya Negara Palembang ..	70
9. Gambar 10. Sampel Penelitian.....	71
10. Gambar 11. Peneliti Sedang Memberikan Pengarahan Pada Siswa	71
11. Gambar 12. Siswa Sedang Berbaris.....	72
12. Gambar 13. Siswa Sedang Melakukan Pemanasan.	72
13. Gambar 14. Siswa Sedang Melakukan Tes Servis Bawah.....	73
14. Gambar 15. Siswa Sedang Melakukan Servis Bawah Untuk Menentukan Beban Latihan	73
15. Gambar 16,17,18 & 19. Siswa Sedang Latihan Servis Bawah Dengan Jarak Bertahap.....	74
16. Gambar 20. Lapangan Tes Servis Bawah	76
17. Gambar 21. Bola Voli	76

18. Gambar 22. Net.....	77
19. Gambar 23. Peluit.	77
20. Gambar 24. Tali & Tiang Kayu.....	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Daftar Riwayat Hidup.....	59
2. SK. Pembimbing 1.....	60
3. Lembar Usul Judul.....	64
4. Lembar Persetujuan Ujian Proposal.....	65
5. Lembar Telah Diseminarkan.....	66
6. SK. Pembimbing 2.....	67
7. SK. Penelitian dari UNSRI.....	68
8. SK. Penelitian dari DIKNAS.....	69
9. Dokumentasi.....	70
10. SK. Telah Melakukan Penelitian dari SMP Srijaya Negara Palembang	78
11. Sistem Ordinal Pairing.....	79
12. Data Hasil <i>Pretest</i>	80
13. Data <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	82
14. Data Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	83
15. Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol....	84
16. Program Latihan Servis Bawah Dengan Jarak Bertahap.....	85
17. Harga Kritik Chi Kuadrat.....	86
18. Tabel Distribusi t.....	87
19. Kartu Bimbingan.....	88

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul **Pengaruh Latihan Servis Bawah Dengan Jarak Bertahap Terhadap Hasil Servis bawah Permainan Bola Voli Siswa Putra Kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang** bola voli merupakan salah satu cabang olahraga bola besar yang masuk dalam materi kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP). Namun dalam hal ini untuk tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) khususnya SMP Srijaya Negara Palembang, masih banyak siswa yang tidak menguasai teknik dasar permainan bola voli dengan baik seperti servis, banyak hasil servis siswa yang tidak menyeberang kearah lawan atau bola yang di pukul tidak masuk kelapangan lawan. Di karnakan kurangnya siswa melakukan latihan yang dapat meningkatkan hasil servis siswa seperti servis bawah dengan jarak bertahap. Ada pun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan servis bawah dengan jarak bertahap terhadap hasil servis bawah permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang yang berjumlah 70 siswa putra. Sedangkan teknik pembagian sampel menjadi 2 kelompok eksperimen dan kontrol adalah menggunakan *random sampling* dengan sistem *ordinal pairing*. Sehingga di dapatlah 35 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 35 siswa sebagai kelompok kontrol. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah tes. Kedua kelompok diberikan tes diawal sebelum diberi perlakuan dan di akhir setelah diberikan perlakuan. Perlakuan diberikan selama 6 minggu dengan frekuensi latihan 3 kali seminggu terjadilah peningkatan pada kelompok yang diberikan perlakuan yaitu kelompok eksperimen. Berdasarkan analisis data statistik *uji t* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ di dapat $t_{hitung} = 13,720$ dan $t_{tabel} = 1,669$, apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga $t_{hitung} = 13,720 > t_{tabel} = 1,669$ dengan demikian H_a yang diajukan dapat diterima kebenarannya, bahwa latihan servis bawah dengan jarak bertahap bertahap berpengaruh terhadap hasil servis bawah permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang.

Kata kunci ; servis bawah dengan jarak bertahap, hasil servis permainan bola voli

BAB I

PENDAHULUAN

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permainan Bola voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari 6 (enam) orang pemain dan bertanding hingga mendapatkan poin mencapai angka 25 terlebih dahulu untuk memenangkan suatu babak dalam permainan bola voli Sukirno (2012: 08). Untuk dapat bermain permainan dan olahraga bola voli dengan optimal seorang pemain harus mengetahui dan mempraktekkan teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan ini. Beberapa teknik dasar itu antara lain *mepassing* bola, *mensmesh* bola, membendung bola dan menservis bola keempat teknik dasar ini harus dikuasai dengan baik (Faruq, 2009: 48).

Permainan bola voli merupakan salah satu materi pada kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP). Namun dalam hal ini untuk tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) khususnya SMP Srijaya Negara Palembang, Masih banyak siswa yang tidak menguasai teknik dasar permainan bola voli dengan baik. Hal itu terlihat dari ketika saya melakukan observasi di SMP Srijaya Negara Palembang banyak siswa yang belum cukup baik dalam melakukan teknik servis, *passing*, *smesh*. Salah satu teknik dasar yang belum dikuasai siswa dengan baik adalah servis. Servis adalah langkah awal untuk memulai permainan bola voli, dan tentunya bola hasil servis yang di pukul harus menyeberang atau masuk kelapangan lawan agar permainan bisa dimulai dan berjalan dengan baik. Jika bola yang di pukul tidak menyeberang atau masuk kelapangan lawan maka otomatis poin didapat oleh tim lawan tentunya kerugian bagi timnya dan kesempatan servis berganti ke tim lawan. Hal itu yang terlihat ketika peneliti mengamati siswa yang sedang bermain bola voli pada kegiatan belajar mengajar. Dari hasil pengamatan peneliti ketika melihat proses belajar

mengajar banyak hasil servis siswa yang tidak masuk atau bola yang dipukul tidak menyeberang kearah lawan, dari dua kelas yang peneliti amati kehususnya siswa putra. dari 40 siswa putra yang melakukan servis hanya 30% atau 12 siswa yang masuk servis nya atau berhasil menyeberangkan bola kearah lawan dan 70% atau 28 siswa servis nya tidak masuk atau tidak menyeberang kearah lawan, berdasarkan pengamatan peneliti hal itu disebabkan karena memang teknik servis siswa yang belum baik, di mulai dari posisi tubuh siswa yang tidak benar, bentuk gerakan tangan siswa saat memukul bola, kurangnya kekuatan pukulan dan siswa tidak percaya diri ketika melakukan servis. Namun semua itu juga dikarenakan memang siswa bermain bola voli hanya pada saat proses belajar mengajar, hanya pada saat materi pelajaran bola voli saja.

Salah satu teknik servis adalah Servis bawah, Menurut Gilang (2007:11) Teknik servis bawah adalah servis yang sangat sederhana dan diajarkan untuk pemain pemula. Gerakan lebih alamiah dan tenang yang dibutuhkan tidak terlalu besar sehingga dirasa cocok untuk siswa SMP. disini peneliti tertarik untuk memberikan latihan servis bawah dengan variasi latihan seperti servis dengan jarak yang bertahap. Dengan bentuk variasi latihan seperti ini diharapkan dapat meningkatkan hasil servis siswa, memperbaiki teknik servis siswa, meningkatkan percaya diri siswa saat melakukan servis dan atas dasar ini penulis ingin mengetahui lebih mendalam melalui penelitian dengan judul. "Pengaruh latihan servis bawah dengan jarak bertahap terhadap hasil servis bawah permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat di identifikasi permasalahan yang timbul dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Pada saat melakukan servis bawah banyak hasil servis siswa yang tidak menyeberang kearah lawan atau bola yang di pukul tidak masuk kelapangan lawan.
2. Masih kurangnya variasi latihan yang dapat meningkatkan hasil servis bawah siswa.
3. Siswa kurang percaya diri ketika melakukan servis.

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak meluas atau menyimpang dari tujuan awal dari penelitian, maka masalah hanya dibatasi pada “Pengaruh latihan servis bawah dengan jarak bertahap terhadap hasil servis bawah permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang”.

1.4 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh latihan servis bawah dengan jarak bertahap terhadap hasil servis bawah permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan servis bawah dengan jarak bertahap terhadap hasil servis bawah permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Srijaya Negara Palembang.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagi guru penelitian ini dapat dijadikan metode latihan yang dapat meningkatkan hasil servis siswa dalam permainan bola voli.

2. Bagi siswa yang di beri latihan dalam penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan hasil servis siswa.
3. Bagi sekolah diharapkan dapat membantu kemajuan sekolah melalui sumbangan metode latihan baru sehingga diharapkan dapat memperbaiki hasil dari proses belajar siswa.
4. Bagi pembaca atau peneliti lain dapat dijadikan sebagai bahan acuan penelitian-penelitian yang sejenis.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Faruq, M.Muhyi. 2009. *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Dan Olahraga Bola Voli*. Jakarta : Grasindo.
- Gilang. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*. Jakarta : Ganeca Exact.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tombak Kesuma.
- Mariyanto. 1995. *Permainan Besar II (Bola Voli)*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Menengah Direktorat Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara D-II
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Bandung : Yudhistira.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sjarifuddin.1985. *Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta : CV. Baru jakarta.
- Sjarifuddin, Muhadi. 1992. *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta : Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung : PT. Tarsito Bandung
- Sukirno,Waluyo. 2012.*cabang olahraga bola voli.palembang : unsri press.*
- Syaifuddin. 2011. *Anatomi Fisiologi Untuk Mahasiswa Keperawatan*. Jakarta : Keperawatan EGC.