

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT LENGAN DAN KESEIMBANGAN DENGAN KETEPATAN SERVIS ATAS PERMAIANAN BOLA VOLI PADA EKSTRA KURIKULER SMP NEGERI 1 MANDING TAHUN AJARAN 2014/2015. IFANI, AYU 2015.

Kata Kunci : Kekuatan Otot Lengan Dan Keseimbangan Dengan Ketepatan Servis Atas

Permainan bola voli adalah permainan tempo cepat sehingga waktu untuk bermain sangat terbatas apabila tidak sesuai teknik dasar yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar. Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli. Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu awal untuk memperoleh nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar. Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan permainan bolavoli. Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permian, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu awal untuk memperoleh nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Karena, sangat penting teknik servis dalam bolavoli maka perlu syarat tertentu sebagai modal dalam melakukan servis diantaranya memiliki kondisi fisik yang menandai berupa kekuatan dan kecepatan. maka penulis meneliti tentang judul Hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding tahun pelajaran 2014/2015".tujuan penelitian ini Untuk Mengetahui hubungan kekuatan otot lengan degan ketepatan servis atas permaianan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding, Untuk Mengetahui hubungan keseimbangan degan ketepatan servis atas permaianan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding Dan untuk megetahui sejauh hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan degan ketepatan servis atas permaianan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding

Penelitian ini deskriptif kuantitatif korelasi pendekatan metode diskriptif. Variabel bebas 1) kekeuatan otot lengan, 2) Keseimbangan Variabel terikat servis atas. Dengan Subjek dalam penelitian ini adalah 20 siswa putra peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 1 Manding tahun pelajaran 2014/2015

Berdasarkan hasil ada kontribusi signifikan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan servis atas bolavoli. Dengan besarnya kontribusi sebesar 30,5%. kontribusi signifikan antara keseimbangan terhadap ketepatan servis atas bolavoli. Dengan besarnya kontribusi sebesar 1,5% semakin memperjelas bahwa ketepatan servis pada permainan bola voli secara individual dapat dipengaruhi oleh kekuatan otot lengan. Hasil penelitian memberikan informasi bahwa kekuatan otot lengan mempunyai kontribusi yang signifikan sebesar 33,2% terhadap ketepatan servis bola voli, hal ini berarti terjadi kesesuaian antara hasil penelitian dengan pandangan teoritis..

ABSTRACT

Relationship Between The Muscle Strength With Arms And Balance The Accuracy Service In Volleyball Games Or Extra-Curricular Smp Negeri 1 Manding 2014/2015 Academic Year. Ayu Ifani 2015

Key Word : Arm Muscle Strength And Balance By Servis Top Accuracy

The game of volleyball is a game of quick tempo so as to play a very limited time if it does not fit the basic technique is perfect, it will be possible large errors. Servis is one technique in a game of volleyball. At first, the service is an early blow to start a game, but if the terms of tactics already a beginning to obtain the value that a team managed to win the sempuna, it will be possible large errors. Servis is one technique in the game of volleyball games. At first, the service is an early blow to start a Permian, but if the terms of tactics already a beginning to obtain the value of a team that won the victory. Because, it is very important technique in volleyball it is necessary to serve certain requirements as capital in the servicing of which have physical conditions that mark in the form of power and speed. the authors examine the relationship between the title of the arm muscle strength and balance with the precision of a service on volleyball game in extra curricular SMP Negeri 1 Manding academic year 2014/2015 "The aim of this study To Know arm muscle strength relations services degan accuracy on games or volleyball on the extra-curricular SMP Negeri 1 Manding to Know degan precision balance relations service on extra-curricular games or volleyball at SMP Negeri 1 Manding and for megetahui as far as the relationship between muscle strength and balance arm degan servicing accuracy on games or volleyball on an extra-curricular SMP Negeri 1 Manding

This research is descriptive quantitative correlation descriptive method approach. The independent variables 1) kekeuatan arm muscles, 2) balance Dependent variable servicing over. With Subjects in this study were 20 male student participants in extracurricular volleyball Manding SMP Negeri 1 school year 2014/2015

Based on the results there is a significant contribution between the arm muscle strength with the precision of a service on volleyball. With the tremendous contribution of 30.5%. contributed significantly between the balance of the accuracy of the service on volleyball. With the tremendous contribution of 1.5% increasingly clear that the accuracy of the service at a volleyball game individually can be influenced by the strength of the arm muscles. The results of the study provide information that arm muscle strength had a significant contribution by 33.2% for the accuracy servicing volleyball, this means there is a match between the research results with theoretical views