



Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dan Kelentukan Tubuh terhadap Kemampuan Servis Atas Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo

Dwi Rangga Prasetio Palsa, Willadi Rasyid, Jonni, Yuni Astuti

Pendidikan Olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang, Indonesia

ranggapasla025@gmail.com, willadirasyid@fik.unp.ac.id,

drs.jonni.mpd@gmail.com, yuniastuti@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : Koordinasi Mata - Tangan, Kelentukan Tubuh dan Kemampuan Servis Atas.

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya prestasi Club sbs Palapa saiyo. Tujuan dalam penelitian ini adalah : untuk mengali Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dan keletukan tubuh dengan Ketepatan Servis Atas bolavoli. Hasil yang diperoleh dalam penelitian adalah sebagai berikut : (1) Terdapat hubungan yang signifikan antara Kordinasi Mata Tangan (X_1) terhadap Kemampuan Servis Atas Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo (Y), (2) Terdapat hubungan yang signifikan antara Kelentukan Tubuh (X_2) Kemampuan Servis Atas Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo (Y) dan (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata-tangan (X_1) dan Kelentukan Tubuh (X_2) secara bersama-sama terhadap Kemampuan Servis Atas Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo (Y).

Keywords : *Eye-Hand Coordination, Body Flexibility And Upper Service Ability.*

Abstract : *The problem in this research is the lack of achievement of the Club sbs Palapa saiyo. The purpose of this study was: to multiply the relationship between eye-hand coordination and body flexibility with volleyball Keytop service accuracy. The results obtained in the study are as follows: (1) There is a significant relationship between Eye-Hand Coordination (X_1) on the Service Ability of the SBS Palapa Saiyo Volleyball Club (Y), (2) There is a significant relationship between Body Flexibility (X_2) Ability Volleyball Club SBS Palapa Saiyo Over Service (Y) and (3) There is a significant relationship between Eye-hand Coordination (X_1) and Body Flexibility (X_2) together with volleyball Club SBS Palapa Saiyo Over Service Ability (Y).*

PENDAHULUAN

Bolavoli merupakan salah satu olahraga di dunia yang telah populer dan disukai banyak masyarakat. Permainan ini sudah berkembang menjadi olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, masyarakat kota sampai masyarakat desa. Hal ini terbukti dengan banyaknya klub-klub yang bermunculan baik tingkat junior maupun senior yang tersebar di seluruh pelosok tanah air.

Melihat perkembangan pada saat sekarang ini, olahraga banyak mengalami kemajuan. Kemajuan tersebut dapat dilihat dari banyaknya kegiatan olahraga yang diadakan oleh pemerintah daerah. Sebagaimana yang dituangkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 (2005) bahwa: masyarakat mempunyai hak untuk berperan serta dalam perencanaan, pengembangan, pelaksanaan, dan pengawasan keolahragaan".

Willadirasyid (2020) kondisi fisik adalah kemampuan menggunakan fungsi

organ tubuh seseorang seseorang untuk meningkatkan teknik, taktik, maupun strategi agar dapat berprestasi dalam olahraga. Berikut adalah faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga Bolavoli menurut Syafruddin (1999) "Ada dua faktor yang mempengaruhi suatu prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal adalah faktor kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang timbul dari luar diri pemain seperti pelatih, sarana prasarana, keluarga, gizi, dan sebagainya".

Berdasarkan pernyataan di atas selain penguasaan teknik yang bagus, kondisi fisik yang bagus juga sangat dibutuhkan, karena tanpa kondisi fisik yang bagus seorang atlet akan sulit menguasai teknik dengan bagus pula. Dalam permainan Bolavoli ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain Bolavoli.

Arsil (1999) "Untuk meningkatkan dan menyempurnakan strategi dan cara belajar teknik perlu mempersiapkan fisik pada umumnya, persiapan fisik khusus dan penyempurnaan kemampuan biomotor khusus" Kamal firdaus (2020) Kelentukan yang baik akan memberi keluesan dan keindahan gerak saat seorang pemain meregangkan pinggang waktu mengambil ancang-ancang di udara sebelum memukul bola.

Erianti (2011), kelentukan merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan latihan-latihan dengan amplitudo gerakan yang besar dan luas. Sepriadi (2022) Untuk Dapat meningkatkan kemampuan lompatan perlu diberikan latihan-latihan yang mendukung pada unsur daya ledak otot

tungkai yang mempengaruhi terhadap lompatan.

Service, Passing, Umpan (set-up), Smash (pukulan) dan Block (bendungan)". Teknik dasar ini merupakan modal awal untuk dapat bermain Bolavoli, apabila tidak menguasai teknik dasar dengan baik, maka akan memungkinkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar dan akan menguntungkan bagi tim lawan.

Klub Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo merupakan salah satu klub pembinaan bolavoli yang membina bibit pemain bolavoli, yang dikelola oleh swadaya orang tua atlet. Pembinaan klub ini diharapkan dapat menciptakan atlet-atlet yang berkualitas, diperhitungkan dalam setiap kejuaraan yang diikuti dan dapat mengangkat pamor Club SBS Palapa Saiyo khususnya dan mengharumkan nama Sumatera Barat pada umumnya.

Meraih suatu prestasi dalam bolavoli diperlukan usaha pembinaan yang teratur, terarah dan kontinyu hendaknya pembinaan tersebut di arahkan pada pembinaan antara lain ; (1) kondisi fisik, (2) teknik, (3) taktik dan strategi, (4) mental. Menurut Ahmadi (2007) menjelaskan bahwa bolavoli termasuk jenis olahraga yang mengandalkan fisik, maka koordinasi fisik pemain sangat penting dalam mengujung efektivitas permainan terkait penjelasan tersebut, untuk menghasilkan

Dapat dilihat dari uraian di atas, banyak variabel-variabel yang mempengaruhi ketepatan servis atas bolavoli, jika variabel tersebut dapat berinteraksi secara optimal maka kecil kemungkinan terjadi kesalahan dalam melakukan servis atas. Agar ketepatan servis

atas dapat dilakukan dengan baik maka harus memenuhi tuntutan variabel-variabel di atas. Kenyataan yang terjadi di lapangan, pada setiap pertandingan sering terjadi kesalahan (bola tidak mengenai sasaran yang dituju) dalam servis maka peneliti mencoba untuk melakukan penelitian tentang Koordinasi Mata-Tangan dengan Ketepatan Servis Atas yang diharapkan dapat berkontribusi terhadap dunia bolavoli pada umumnya di Indonesia dan khususnya Sumatera Barat.

METODE

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain putri bolavoli CLUB Club SBS Palapa Saiyo terdiri dari 47 orang atlet. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling. Maka sampel yang di ambil 22 orang data yang di ambil menggunakan uji F.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melakukan pengujian hipotesis tentang hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis, yaitu uji normalitas sebaran data dan uji Hipotesis.

a. Uji Normalitas Sebaran Data

Untuk pengukuran Koordinasi Mata-Tangan (X_1) skor $Lo = 0,115$ dengan $n = 22$, sedangkan L_{tabel} pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh $0,189$ yang lebih besar dari Lo sehingga disimpulkan bahwa data Koordinasi Mata-Tangan berasal dari populasi yang berdistribusi normal (untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran).

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil pengujian untuk pengukuran Kelentukan Tubuh (X_2) skor $Lo = 0,070$ dengan $n = 22$, sedangkan L_{tabel} pada taraf pengujian

signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh $0,189$ yang lebih besar dari Lo sehingga disimpulkan bahwa data Kelentukan Tubuh berasal dari populasi yang berdistribusi normal. (untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran).

Untuk Kemampuan Servis Atas (Y) skor $Lo = 0,141$ dengan $n = 22$, sedangkan L_{tabel} pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh $0,189$ yang lebih besar dari Lo sehingga disimpulkan bahwa skor Kemampuan Servis Atas berasal dari populasi yang berdistribusi normal (untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran).

b. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis satu dan dua berdasarkan tabel korelasi yang disajikan di bawah ini :

a. Uji Hipotesis Satu (Uji Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dengan Kemampuan Servis Atas)

Untuk menguji hipotesis ini dilakukan analisa korelasi tunggal antara variabel X_1 dengan variabel Y , dengan hipotesa analisa korelasinya adalah sebagai berikut:

H_0 = Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata-Tangan dengan kemampuan servis atas.

H_a = Terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata-Tangan dengan kemampuan servis atas.

Dari analisa korelasi tunggal dilanjutkan dengan uji t didapatlah hasil seperti pada tabel berikut:

Berdasarkan hasil analisis di dapat $r_{hitung} = 0,43$. Kemudian dilanjutkan dengan uji t dengan

hasil $t_{hitung} = 2,16 > t_{tabel} = 1,725$.
maka H_0 ditolak dan H_a
diterima. Maka dapat
disimpulkan terdapat hubungan
yang signifikan antara Koordinasi
Mata-Tangan dengan
Kemampuan Servis Atas pada
permainan Bola Voli.

**b. Uji Hipotesis Dua (Uji
hubungan Kelentukan Tubuh
dengan Kemampuan Servis Atas
)**

Untuk menguji hipotesis ini
dilakukan analisa korelasi
tunggal antara variabel X_2 dengan
variabel Y , dengan hipotesa
analisa korelasinya adalah
sebagai berikut :

H_0 =Tidak terdapat hubungan
yang signifikan antara
Kelentukan Tubuh dengan
kemampuan servis atas.

H_a =Terdapat hubungan yang
signifikan antara daya kelentukan
otot pinggang dengan
kemampuan servis atas.

Dari analisa korelasi
tunggal dilanjutkan dengan uji t
didapatlah hasil seperti pada
tabel berikut:

Berdasarkan hasil analisis
di dapat $r_{hitung} = 0,96$, kemudian
dilanjutkan dengan uji t dengan
hasil $t_{hitung} = 14,66 > t_{tabel} = 1,725$.
Maka H_0 ditolak dan H_a
diterima. Maka dapat
disimpulkan terdapat hubungan
yang signifikan dengan antara
Kelentukan Tubuh dengan
Kemampuan Servis Atas pada
permainan Bola Voli.

**c. Uji Hipotesis Tiga (Uji
Hubungan Koordinasi Mata-**

**Tangan dan Kelentukan Tubuh
Secara Bersama-sama dengan
Kemampuan Servis atas)**

Hipotesis ini dapat
dianalisa dengan korelasi ganda
(multiplied correlation), dimana
sebelumnya dilakukan analisa
korelasi tunggal maka baru
dilanjutkan dengan analisa
korelasi berganda yaitu suatu
nilai yang memberikan kuatnya
hubungan dua atau lebih variabel
bebas X secara bersama-sama
dengan variabel tetap Y . Hipotesa
berganda dalam penelitian ini
adalah:

H_0 =Tidak terdapat hubungan
yang signifikan antara Koordinasi
Mata-Tangan dan Kelentukan
Tubuh dengan kemampuan *servis*
atas.

H_a =Terdapat hubungan yang
signifikan antara Koordinasi
Mata-Tangan dan Kelentukan
Tubuh dengan kemampuan
servis atas.

Dari analisa korelasi ganda
dari variabel Koordinasi Mata-
Tangan (X_1) dan Kelentukan
Tubuh (X_2) dan Kemampuan
Servis Atas (Y) didapatlah hasil
seperti pada tabel berikut:

Hubungan antara variabel
Koordinasi Mata-Tangan dan
Kelentukan Tubuh secara
bersama-sama dengan
Kemampuan Servis Atas
merupakan hubungan kuat
antara variabel bebas dengan
variabel terikat, dengan nilai
koefisien korelasi ganda dengan
 $R = 0,998$ dan uji keberartian
koefisien korelasi ganda dengan

uji F yaitu $F_{hitung} = 1912,91 > F_{tabel} = 3,52$, dimana angka ini menunjukkan angka yang signifikan. Hasil ini menyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan kata lain terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara Koordinasi Mata-Tangan (X_1) dan Kelentukan Tubuh (X_2) dengan Kemampuan Servis Atas (Y).

PEMBAHASAN

a. Uji Hipotesis Satu (Uji hubungan Koordinasi Mata-Tangan dengan Kemampuan Servis Atas)

Berdasarkan hasil analisis diatas di dapat $r_{hitung} = 0,85$. Kemudian dilanjutkan dengan uji t dengan hasil $t_{hitung} = 216 > t_{tabel} = 1,725$.maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata-Tangan dengan Kemampuan Servis Atas pada permainan Bola Voli. Harsono (1988) menjelaskan "Koordinasi mata-tangan (eye-hand coordination) seperti misalnya dalam kemampuan melempar suatu objek ke suatu sasaran tertentu," atau menangkap kembali bola yang datang. Koordinasi mata ini dapat ditingkatkan dengan latihan lempar tangkap bola ke dinding dengan gerakan berulang. Pentingnya meningkatkan koordinasi mata-tangan ini adalah untuk menghemat tenaga para pemain bolavoli dalam melakukan teknik seperti servis atas.

Menurut Iskandar (2014) "Memiliki koordinasi yang baik maka orang tersebut akan mampu untuk melakukan servis atas bola voli dengan cepat, efisien dan penuh ketepatan". Koordinasi selain berfungsi untuk menciptakan integritas beberapa gerakan dari beberapa alat tubuh, juga

berfungsi untuk menciptakan efisiensi gerakan, mencegah timbulnya kecelakaan karena kesalahan atau tidak terkoordinirnya sejumlah gerakan, membantu praktik penguasaan teknik yang baru dikenal, membantu keleluasaan menerapkan taktik, dan memiliki kondisi psikologis yang lebih baik.

b. Uji Hipotesis Dua (Uji hubungan Kelentukan Tubuh dengan Kemampuan Servis atas)

Berdasarkan hasil analisis diatas di dapat $r_{hitung} = 0,96$, kemudian dilanjutkan dengan uji t dengan hasil $t_{hitung} = 14,66 > t_{tabel} = 1,725$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan dengan antara Kelentukan Tubuh dengan Kemampuan Servis Atas pada permainan Bola Voli.

Kelentukan merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan latihan dan amplitudo gerakan yang besar atau luas, (Jonath dan Krempel) dalam Syafruddin, (2011). Sedangkan menurut Salahudin (2015) "Pada permainan bolivoli khususnya teknik servis atas, gerakan lengan untuk memukul bola memerlukan kelentukan Dengan kata lain kelentukan merupakan kemampuan persendian untuk dapat melakukan gerakan-gerakan ke semua arah secara optimal". Dengan demikian jelaslah bahwa kelentukan tubuh memegang peranan penting dalam mempelajari keterampilan servis atas bolavoli, serta dapat mengoptimalkan kemampuan fisik yang baik. Bahkan kelentukan tubuh merupakan unsur yang sangat baik dalam menentukan keberhasilan servis atas.

Dari penjelasan di atas, maka unsur Kelentukan Tubuh harus dapat dikembangkan ke dalam bentuk latihan yang terprogram secara sistematis agar memiliki

hubungan yang lebih besar dengan kemampuan servis atas.

c. Uji Hipotesis Tiga (Uji Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dan Kelentukan Tubuh Secara Bersama-sama dengan Kemampuan Servis atas)

Koordinasi Mata-Tangan dan Kelentukan Tubuh secara bersama-sama dengan Kemampuan Servis Atas merupakan hubungan kuat antara variabel bebas dengan variabel terikat, dengan nilai koefisien korelasi ganda dengan $R = 0,998$ dan uji keberartian koefisien korelasi ganda dengan uji F yaitu $F_{hitung} = 1912,91 > F_{tabel} = 3,52$, dimana angka ini menunjukkan angka yang signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

- a. Terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata Tangan (X_1) terhadap Kemampuan Servis Atas Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo (Y).
- b. Terdapat hubungan yang signifikan antara Kelentukan Tubuh (X_2) Kemampuan Servis Atas Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo (Y).
- c. Terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata-tangan (X_1) dan Kelentukan Tubuh (X_2) secara bersama-sama terhadap Kemampuan Servis Atas Bolavoli Club SBS Palapa Saiyo (Y).

DAFTAR PUSTAKA

Arsil.1999. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP
Erianti. 2011. *Buku Ajar Bola Voli*. Padang: Sukabina Press

Kamal Firdaus. 2020. *Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Putra Padang* Jurnal Pendidikan Olahraga Adios Kota Padang. Jurnal: JPDO. Vol 3 No 5: 7-12

PBVSI. 2005. *Peraturan Permainan BolaVoli*. Jakarta: UNS Press.

Sepriadi. 2022. *Pengaruh Latihan Plyometrik Terhadap Peningkatan Kemampuan Jurnal Pendidikan dan Olahraga Daya Ledak Otot Tungkai Atlet Bolavoli Babe VC Tapan*. Jurnal: JPDO. Vol 5 No 2:36-41

Suwirman. 2007. *Dasar-Dasar Penelitian*. Padang: Universitas Negeri Padang.

Syafruddin. 1999. *Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: DIP Proyek Universitas Negeri Padang.

Syafruddin. 2008. *Permainan Bolavoli*. Padang: FIK UNP.

Syafruddin. 2011. *Teknik Dasar Permainan Bolavoli*. FIK UNP.

Syafruddin. 2012. *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK UNP.

Undang-Undang RI No. 03. 2005. *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*.

Willadi Rasyid. 2020. *Tinjauan Kondisi Fisik Pemain BolaVoli SMA Negeri1 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat*,Jurnal: JPDO Vol 3 No 5:1-6