

**KEMAMPUAN SMASH PADA CLUB BOLA VOLI NBS KOTA
KUPANG**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*



**PNIEL ELROY DIMA
NIM. 20320067**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Pniel Elroy Dima**, NIM. **20320067**, dengan judul:
“**Kemampuan Smash Pada Klub Bola Voli NBS Kota Kupang**” telah diperiksa
dan disetujui untuk diuji pada tanggal 7, bulan agustus , tahun 2024.

MENYETUJUI

Pembimbing I



Dr. James K. Lika, M.Pd.

NIDN. 0828017601

Pembimbing II



Yahya J. Palinata, S.Pd., M.Or.

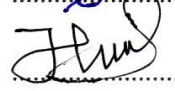
NIDN. 0831018901



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Pniel Elroy Dima**, NIM. 20320067, dengan judul: **“Kemampuan Smash Pada Klub Bola Voli NBS Kota Kupang”** telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 7, bulan agustus, tahun 2024 dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal 13, bulan agustus, tahun 2024.

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Dr. Robert Tetikay, M.Pd.	Penguji Utama	
Fredik Edison Nope, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota	
Dr. James Klemen Lika, M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Yahya Jecson Palinata, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN



Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si., Ph.D.
NIDN. 0825086801

Ketua Program Studi PJKR



Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.
NIDN. 0802026601

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pniel Elroy Dima
NIM : 20320067
Semester : Delapan (VIII)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Kemampuan smash pada klub Bola Voli NBS Kota Kupang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebas plagiasi**. Bilamana dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Permendiknas Nomor 17 Tahun 2010.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Kupang, 7 Agustus 2024
Yang menyatakan



Pniel Elroy Dima
NIM. 20320067

MOTTO

**“KARENA MASA DEPAN SANGGUH ADA, DAN HARAPANMU TIDAK AKAN
HILANG.”**

AMSAL 23:18

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus sebagai Juruselamat
2. Ibunda tercinta Thersiana Dima dan Mama Paulina Dima, serta Bapak Zakarias Sallang yang penuh kasih sayang merawat, mendidik, dan menyekolahkan serta dengan doa yang tulus sehingga dapat menyelesaikan studi dengan baik.
3. Bapak Aprilus S. Ratu Wie dan Mama Dintje S. S. Rehyaar yang penuh kasih sayang dan kesabaran dalam mendidik serta dukungan dan Doa dalam proses perkuliahan saya.
4. Keluarga besar Dima dan Ratu Wie yang selalu mendukung dalam proses perkuliahan hingga selesai.
5. Adik tersayang Ray Januard Dima, Destriary Dima, Febriani Dima, Brian. Imanuel Dima dan adik terkasih Zachline Miracle Sallang.
6. Teman dekat saya Martina Yeni yang selalu mendukung dalam penyusunan skripsi ini.
7. Teman-teman Mahasiswa Fkip PJKR, Dan teman lainnya yang tidak sempat saya sebut satu persatu yang selalu mendukung dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Dan juga skripsi ini saya persembahkan untuk Almamater tercinta.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Peneliti panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan Karunia-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“KEMAMPUAN SMASH PADA KLUB BOLA VOLI NBS KOTA KUPANG”** dapat berjalan dengan lancar. Peneliti sungguh menyadari, bahwa skripsi ini tidak lepas dari adanya bimbingan, motivasi, dan bantuan dari berbagai pihak yang membantu peneliti, untuk itu peneliti menghaturkan terimakasih kepada;

1. Prof. Dr. Ir. Godlief F. Noenufa, MT., selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana yang sudah memberikan kesempatan dalam menempuh studi selama ini.
2. Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M. Si., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi.
4. Magdalena Rambu P.Wasak, S.Pd, M.Pd., selaku Penasehat Akademik yang telah membantu memperlancar penulisan dan pembuatan Skripsi ini.
5. Dr. James K. Lika. M.Pd., selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
6. Yahya J. Palinata S.Pd. M.Or., selaku pembimbing II yang telah membantu membimbing dalam penyusunan Skripsi penelitian ini.
7. Seluruh staf pengajar dan segenap karyawan FKIP jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan, dan Rekreasi yang telah memberikan bantuan dan nasehat selama penulis mengikuti perkuliahan.
8. Feri Here selaku pelatih Klub Bola Voli NBS Kota Kupang yang sudah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
9. Keluarga tercinta (Bapak, Mama, Kakak dan Adik-Adik) dan juga keluarga besar Dima dan Ratu Wie yang telah memberi dukungan, perhatian, nasehat dan terutama doa bagi peneliti.

10. Teman-teman seperjuangan (PJKR) angkatan 2020 kelas yang telah meluangkan waktu untuk berkonsultasi tentang berbagai masalah yang ada hubungannya dengan penulisan skripsi ini pada setiap kesempatan.
11. Teman-teman dan Adik-adik yang selalu mendukung dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Kupang, 7 Agustus 2024
Peneliti,

Pniel Elroy Dima
NIM. 20320067

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
BIODATA PENULIS	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. Olahraga.....	10
1. Pengertian Olahraga.....	10
2. Hakikat Olahraga	13
3. Tujuan Olahraga.....	14
4. Olahraga menurut para ahli.....	15
B. Bola Voli.....	16
1. Pengrtian Bola Voli	16
2. Bola Voli menurut para Ahli	18

3. Teknik dasar Bola Voli.....	19
4. Kondisi Fisik.....	23
5. Faktor keberhasilan dan otot yang berperan dalam melakukan <i>quick smash</i>	25
6. Kondisi fisik menurut para ahli	30
7. Smash bola voli	32
a. Pengertian smash	32
b. Smash menurut para ahli	32
8. <i>Quick smash</i>	34
a. Hakikat <i>Quick Smash</i>	34
b. Kemampuan <i>Quick smash</i>	37
C. Kerangka Berpikir.....	41
BAB III. METODE PENELITIAN	42
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	42
1. Pendekatan	42
2. Jenis.....	42
B. Desain Penelitian.....	43
C. Variabel, Defenisi konseptual, Operasionalisasi dan Indicator	43
D. Tempat dan Waktu Penelitian	44
1. Tempat penelitian	44
2. Waktu penelitian	44
E. Populasi,sampel dan Teknik Sampeling	45
1. Populasi.....	45
2. Sampel	46
3. Teknik sampeling.....	46
F. Instrumen Penelitian.....	46
1. Observasi	47
2. Metode Tes	47
3. <i>Quick smash</i>	48
4. Alat dan perlengkapan	49
G. Tenik Analisis data.....	50

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A. Informasi Penelitian	51
B. Hasil Penelitian	52
C. Pembahasan.....	55
BAB V. PENUTUP.....	58
A. Simpulan	58
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Variabel, defenisi konseptual, operasionalisasi dan indicator	43
Tabel 2 Waktu penelian	45
Tabel 3 Nilai Petak Sasaran	48
Tabel 4 Klasifikasi Hasil Kemampuan <i>Quick Smash</i>	49
Tabel 5 Daftar Nama Sampel.....	52
Tabel 6 Data Tes Kemampuan <i>Quick Smash</i>	54
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Klub Bola Voli NBS Kota Kupang	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ilustrasi saat melakukan <i>Quick</i> smash.....	37
Gambar 2 Awalan, Tumpuan dan Perkenaan <i>Quick</i> smash	39
Gambar 3. Kerangka Berpikir	41
Gambar 4. Alat Tes Smash.....	48
Gambar 5. Grafik Kemampuan <i>Quick</i> smash	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	64
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	65
Lampiran 3. Instrumen penelitian kemampuan <i>quick</i> smash	66
Lampiran 4. Lembar observasi kemampuan <i>quick</i> smash	67
Lampiran 5. Bukti pengumpulan data.....	68
Lampiran 6. Foto kegiatan penelitian.....	69

ABSTRAK

KEMAMPUAN SMASH PADA CLUB BOLA VOLI NBS KOTA KUPANG

Pniel Elroy Dima^{1*}, James Klemen Lika,² Yahya Jecson Palinata.³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. pnielelroydima@gmail.com

Latar belakang: Olahraga adalah sebuah aktivitas yang dilakukan didalam ruangan atau pun dilapangan yang melibatkan anggota gerak tubuh dengan tujuan untuk mencapai kebugaran jasmani.

Tujuan penelitian: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan pemain dalam melakukan *quick* smash pada klub bola voli NBS Kota Kupang.

Metode penelitian: Menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik analisis data menggunakan tes.

Hasil dan pembahasan: Mencermati hasil pengolahan data tentang *quick* smash tergantung pada pergerakan bola yang cepat, tepat, masuk ke sasaran dan menghasilkan poin Untuk dapat melaksanakan kemampuan yang baik, maka setiap individu haruslah melaksanakan latihan yang rutin. Berdasarkan hasil pengolahan data menunjukan data *quick* smash berada pada kategori “Sangat Baik” sebanyak 1 orang dengan persentase 8,33%, kategori “Baik” sebanyak 5 sampel dengan persentase 41,67%, dan kategori “Cukup” sebanyak 6 sampel dengan persentase 50%.

Kesimpulan: Sesuai dengan hasil penelitian tentang kemampuan smash pada klub bola voli NBS Kota Kupang, maka hasil yang diperoleh sebanyak 1 orang yang memiliki kemampuan *quick* smash berada pada kategori “sangat baik” dengan persentase (8,33%), sebanyak 5 orang yang memiliki kemampuan *quick* smash berada pada kategori “baik” dengan persentase (41,67%), dan sebanyak 6 orang yang memiliki kemampuan *quick* smash berada pada kategori “cukup” dengan persentase (50%).

Kata kunci: *Kemampuan, Quick smash dan Bola voli.*

ABSTRACT

SMASH ABILITY AT NBS VOLLEYBALL CLUB KUPANG CITY

Pniel Elroy Dima^{1*}, James Klemen Lika,² Yahya Jecson Palinata.³

¹²³Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

Email:pnielelroydima@gmail.com

Background: Sport is an activity carried out indoors or in the field that that involves body movements with the aim of achieving physical fitness.

Research objective: the aim of research is to determine the ability of players to perform quick smashes at the Kupang City NBS volleyball club.

Research method: using quantitative descriptive methods with data analysis techniquesbusing tests.

Result and discussion: paying attention to the results of data processing regarding the movement of the ball being fast, hitting the target precisely and producing points to be able to carry out good skills, then every individual must carry out regular practice. Based on the results of data processing, it shows thet the quick smash data is in the “ very good” category with 1 sample with a percentage of 8’33%, the “good” category with 5 sample with a percentage of 41,67%, and the “fair” category with 6 samples with a percentage of 50%.

Conclusion: In accordance with the result of research on smash ability at the Kupang City NBS volleyball club, the “very good” category with a percentage of (8.33%), as many as 5people who had quick smash ability is in the “good” category with a percentage of (41.67%), and as many as 6 people who have quick smash ability are in the “fair” category with a percentage of (50).

Keyword: *Ability, Quick smash and Volleyball*

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Pniel Elroy Dima
2. Tempat/ tanggal lahir : Eilogo, 11 juni 2001
3. Alamat : Eilogo, RT. 003/ RW. 002, Kec. Sabu Liae. Kab. Sabu Raijua.
4. Nomor *handpone* : +62 81238893525
5. Alamat email : pnielelroydima@gmail.com
6. Nama Ibu : Thersiana Dima

B. Riwayat pendidika

1. SD Inpres Ledেকে (2008-2013)
2. SMP Negeri 1 Sabu Liae (2014-2016)
3. SMA Negeri 1 Liae (2017-2019)