

**PENGARUH LATIHAN KEKUATAN OTOT LENGAN  
TERHADAP KETEPATAN SERVIS ATAS  
PERMAINAN BOLA VOLI PADA  
SISWA SMA Dr. SOETOMO**

**SKRIPSI**



**Oleh  
ROBERTUS MULIAWAN  
NIM : 195900082**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN  
JASMANI  
2023**





**PENGARUH LATIHAN KEKUATAN OTOT LENGAN  
TERHADAP KETEPATAN SERVIS ATAS  
PERMAINAN BOLA VOLI PADA  
SISWA SMA Dr. SOETOMO**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi  
sebagian Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan Pada program Studi Pendidikan Jasmani

**Nama :**  
**ROBERTUS MULIAWAN**  
**Nim : 195900082**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN  
JASMANI  
2023**

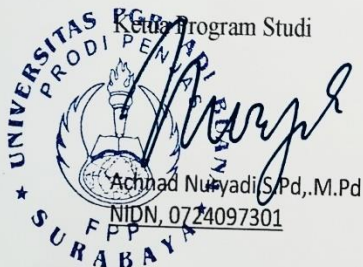
## HALAMAN PERSETUJUAN

Proposaal Oleh :Robertus Muliawan  
Nim :195900082  
Judul Proposal :Pengaruh Latihan kekuatan otot lengan  
terhadap ketepatan servis atas permainan bola voli pada  
Siswa SMA Dr. Soetomo

Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Di Uji.

Surabaya, 30 Juli 2022

Mengetahui



Dosen Pembimbing

Drs. Is\_mawandi.B.P., M.Pd  
NIDN, 0713036902


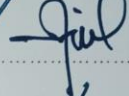



FAKULTAS PEAGOGI DAN PSIKOLOGO UNUERSITAS PGRI  
ADI BUANA SURABAYA  
Badan Penyelenggara PPLP PT PGRI Surabaya  
Keputusan MENKUMHAM RI No. AHU-  
000485.A.H.01.08. Tahun 2019  
Kampus Pusat: JL. Dukuh Menanggal XII Telp. (031)8281181  
<http://fpep.unipasby.ac.id>

### HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh” Robertus Muliawan” dengan berjudul “Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Servis Atas Permainan Bola Voli Pada Siswa SMA Dr. SOETOMO Telah Pertahankan Di Depan Dewan Penguji Pada Tanggal 10 Januari 2022.

Dewan Penguji:

1. Drs. Ismawandi, B.P., M.Pd :Ketua..... 
2. Mulyono, S.Or., M.Kes : Anggota..... 
3. Dr. Luqmanul Hakim, S.Or., M.Pd :Anggota..... 

Mengesahkan Mengetahui

Dekan FPP



Dr. Santika Rentina Hadi, M.Kes  
NPP.196702091992021002

UNIVERSITAS PGRI  
PRODI PEKERJA  
KELAS Program Studi  
FPP  
SURABAYA

Ahmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.

NIDN.0724097301

## BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini selasa 10 januari 2023 telah di Laksanakan ujian skripsi dari:

Nama mahasiswa : Robertus Muliawan  
Nim : 195900082  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Judul : Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Servis Atas Permainan Bola Voli Pada Siswa SMA Dr. Soetomo

Penguji I



Drs. Ismawandi, B.P., M.Pd  
NIDN: 0713036902

Penguji II



Mulyono, S.Or., M.kes  
NIDN: 07014126003

Penguji III



Dr. Luqmanul Hakim, S.Or., M.Pd  
NIDN: 070610820

## KATA PENGANTAR

Pujisyukur kehariat Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yaang berjudul Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Servis Atas Permainan Bola Voli Pada Siswa SMA Dr. SOETOMO” tepat pada waktunya. Dalam penyusun skripsi ini, peneliti telah banayak terima bantuan dari berbagai pihak, baik material mupun spiritual. Oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankan peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. M. Subandowo, M.S., Selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes., Dekan FPP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Bapak Ach. Nuryadi, S.Pd., M.Pd., Kaprodi Penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Bapak Drs. Ismawandi., B.P.,M.Pd.,Selaku Dosen Pembimbing Skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Dosen yang sudah membimbing saya selama saya studi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
6. Seluruh Dosen Penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah membimbing saya agar menjadi guru sebenarnya
7. Sekolah SMA Dr. SOETOMO yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
8. Kepada orang tau, Ayah Ambrosisu Ibu Bibiana serta Kakak Adik dan keluarga besar.
9. Terima kasih atas segala Do,a Dukungan dan Motifasinya demi mengapai cita-cita saya.
10. Sahabat terbaik saya (Yansen, Fidel, Densi, Yudi, Gusmin) yang selalu memberi dukungan dan membantu saya dalam meyelesaikan skripsi ini. Serta teman-teman yang baik hati



dan selalu cerita dan walaupun datang dari atau berasal dari berbagai daerah yang berbeda tetapi disini kita tetap bersatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini belum mencapai kesempurnaan, maka dari itu penelitian berharap kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti juga berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti-peneliti selanjutnya serta dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

Surabaya, 10 Januari 2023

Penulis, Robertus Muliawan

## **PERSEMBAHAN**

Kupersembahkan karya tulis ini kepada:

1. Kepada Orang Tua tercinta, terimakasih yang selalu bersabar, berdo'a dan selalu memberikan dukungan kepada saya.
2. Teman-teman mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah membantu memberikan motivasi, ide-ide, sehingga terselesainya skripsi ini.
3. Tidak lupa adikku; Densi, Andre, yang turut memberikan suport dan semangat mereka sehingga terselesainya skripsi ini.
4. Teman-teman dan sahabat seperjuangan dari flores surabaya dan juga sahabat kenalan, serta semua pihak yang tidak dapat penulis menyebutkan satu persatu yang turut serta memberikan bantuan dalam proses penyelesaian skripsi ini dari awal sampai akhir.

Penulis hanya dapat memohon, semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan kebaikan kepada pihak-pihak tersebut. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu masukan berupa saran dan kritik sangat diharapkan demi perbaikan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan masyarakat penggemar olahraga pada khususnya.

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Robertus Muliawan  
NIM : 195900082  
Program Studi: Pendidikan Jasmani  
Fakultas Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar- merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 10 Januari 2023  
Yang membuat pernyataan,



Robertus Muliawan

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iii
PERNYATAAN KEAHLIAN TULISAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Pembatasan Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah .....	4
D. Tujuan Masalah .....	5
E. Fariabel Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II LANDASAN TEOR</b>	
A. Kajian Pustaka.....	6
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan .....	21
C. Kerangka Konseptual.....	21
D. Hipotesis Penelitian.....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Racangan Penelitian .....	24
B. Populasi Dan Sampel .....	25
C. Metode Pengumpulan Data.....	26
D. Teknik Analisis Data.....	29
E. Program Latihan.....	30
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
A. Hasil Penelitian .....	33
B. Pembahasan.....	36
<b>BAB V PENUTUP</b>	

<b>A. Kesimpulan.....</b>	<b>38</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>38</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>39</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>41</b>