

**ANALISIS SMASH MEMATIKAN BOLA VOLI PADA PERTANDINGAN  
PROLIGA DI GOR JAYABAYA KEDIRI**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Pada Prodi PENJAS FIKS UN PGRI Kediri



OLEH:

**SONIA NIRHAINI**

NPM: 19.1.01.09.0086

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK  
INDONESIA  
UN PGRI KEDIRI  
2024**

Skripsi oleh:

**SONIA NIRHAINI**  
19.1.01.09.0086

Judul :

**ANALISIS *SMASH* MEMATIKAN BOLA VOLI PADA PERTANDINGAN  
PROLIGA DI GOR JAYABAYA KEDIRI**

Telah disetujui untuk diajukan kepada  
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Program Studi Penjas  
Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Sains UN PGRI Kediri

Tanggal : 03 Juli 2024

Pembimbing I

Pembimbing II

Moh. Nurkholis, S.Pd, M.O  
NIDN.0725048802

Rizki Burstiando, M.Pd.  
NIDN. 0711029002

Skripsi Oleh:  
**SONIA NIRHAINI**  
NPM: 19.1.01.09.0086

Judul:

**ANALISIS SMASH MEMATIKAN BOLA VOLI PADA PERTANDINGAN  
PROLIGA**

PanitiaUjian/SidangSkripsi Program Studi Penjas  
Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Sains UN PGRI Kediri  
PadaTanggal:

**Dan Dinyatakan TelahMemenuhiPersyaratan**

PanitiaPenguji:

1. Ketua : Moh. Nurkholis, S.Pd.,M. Or \_\_\_\_\_
2. Penguji I : Muhammad Yanuar Rizky, M.Pd \_\_\_\_\_
3. Penguji II : Rizki Burstiando, M. Pd \_\_\_\_\_

Mengetahui  
Dekan FIKS

**Dr. Sulistiono, M.Si**  
**NIDN.0007076801**

## **PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Sonia Nirhaini  
JenisKelamin : Perempuan  
Tempat/Tgl.Lahir : Kediri/ 22 Desember 2001  
NPM : 19.1.01.09.0086  
Fak/Prodi. : FIKS/ S1 Penjasokesrek

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain , kecuali yang sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 24 Juni 2024

Yang Menyatakan

**SONIA NIRHAINI**  
NPM: 19.1.01.09.0086

### **Motto**

Dan bersabarlah kamu. Sesungguhnya janji allah adalah benar. Bukan kesulitan yang membuat kita takut, tapi sering ketakutanlah yang membuat jadi sulit. Jadi jangan mudah menyerah. Selalu ada harganya dalam sebuah proses, nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kamu ceritakan. Masa depan adalah milik mereka yang percaya dengan impiannya dan jangan biarkan impianmu dijajah oleh pendapat orang lain.

## Abstrak

**Sonia Nirhaini:** Analisis *Smash* Mematikan Bola Voli Pada Pertandingan Proliga Di Gor Jayabaya Kediri. Skripsi PENJAS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2024.

Kata kunci : Analisis, *Smash* Mematikan, Serangan

Hal ini diduga salah satu faktor yang mempengaruhi adalah masih rendahnya kemampuan *smash* pemain bola voli ini, sehingga prestasi yang dicapai kurang optimal. Permasalahan penelitian ini adalah masalah dalam penelitian ini adalah menganalisis teknik *smash* pada pertandingan bola voli yang paling efektif dan memataikan pada pertandingan saat final bola voli proliga.

Jenis penelitian deskriptif kuantitatif : Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain bola voli yang masuk dalam semi final proliga di Gor Jayabaya Kediri berjumlah 4 tim, setiap tim terdiri dari ( 14 pemain ) sudah termasuk pemain cadangan. total sampling jenuh yang mana teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Urutan serangan yang paling efektif digunakan pada pemain bola voli level profesional yang berlaga di proliga di Kediri adalah sebagai berikut, open spike berada di urutan paling pertama, back attack di urutan kedua, quik di urutan ketiga, serve di urutan keempat, dan semi di urutan kelima, dengan kesimpulan tersebut dapat memberikan informasi yang akurat tentang performa serangan tim-tim proliga selama pertandingan, sedangkan untuk praktisi olahraga data yang muncul bisa digunakan sebagai landasan melatih serta saat menerapkan strategi selama pertandingan di proliga.

## **KATA PENGANTAR**

uji syukur penulis memanjatkan kehadiran Tuhan yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ANALISIS *SMASH* MEMATIKAN BOLA VOLI PADA PERTANDINGAN PROLIGA“. Proposal Skripsi ini merupakan salah satu syarat menyelesaikan program studi Sastra Satu di Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains pada Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Proposal Skripsi ini dapat selesai tidak lepas dari pentingnya berbagai pihak. Berkat bimbingan, motivasi, kritik, dan saran yang telah diberikan kepada penulis. Ucapan trimakasih saya ajukan kepada :

1. Tuhan YME yang selalu menjulurkan pertolongannya untuk saya.
2. Kedua orang tua saya, yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi dan semangat.
3. Bapak Moh. Nurkholis, S.Pd., M.Or. Selaku Dosen pembimbing 1 yang saya hormati
4. Bapak Rizki Burstiando M.pd. Selaku Dosen pembimbing 2 yang saya hormati.
5. Muhammad Yanuar Rizky, M. Pd Selaku Penguji saya yang saya hormati.

Penulis menyadari bahwa Proposal Skripsi ini masih banyak kesalahan. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat diperlukan guna memperbaiki proposal skripsi ini. Semoga Tuhan YME senantiasa memberikan balasan yang baik kepada orang-orang baik.

Kediri, 03 Juli 2024

SONIA NIRHAINI

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL.....</b>	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah.....	3
E. Tujuan Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
A. Kajian Teori .....	5
B. Kajian Pustaka.....	12
C. Kerangka Berfikir.....	14
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>16</b>
A. Variabel Penelitian.....	16
B. Pendekatan dan Teknik Penelitian.....	17
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	20
D. Instrumen Penelitian.....	21
E. Teknik Pengumpulan Data.....	22
F. Teknik Analisis Data.....	23
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>46</b>
A. Deskripsi Data Variabel.....	46
B. Pembahasan.....	53
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....</b>	<b>46</b>
A. Simpulan.....	46
B. Implikasi.....	54
C. Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>29</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>31</b>



## DAFTAR TABEL

<b>TABEL 2.1 TIM DAN HITUNGAN SMASH.....</b>	<b>15</b>
<b>TABEL 2.2 JADWAL PENELITIAN.....</b>	<b>32</b>
<b>TABEL 2.3 JUMLAH PEMAIN BOLA VOLI SEMI FINAL.....</b>	<b>33</b>
<b>TABEL 2.4 DISTRIBUSI FREKUENSI TIM PDAM.....</b>	<b>46</b>
<b>TABEL 2.5 DISTRIBUSI FREKUENSI TIM INDOMARET.....</b>	<b>48</b>
<b>TABEL 2.6 DISTRIBUSI FREKUENSI TIM BIN.....</b>	<b>50</b>
<b>TABEL 2.7 DISTRIBUSI FREKUENSI TIM LAVANI.....</b>	<b>52</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>TABEL 2.1 SERVIS BAWAH.....</b>	<b>7</b>
<b>TABEL 2.2 SERVIS ATAS.....</b>	<b>8</b>
<b>TABEL 2.3 SERVIS LOMPAT.....</b>	<b>8</b>
<b>TABEL 3.1 INSTRUMEN TES.....</b>	<b>36</b>
<b>TABEL 4.1 DIAGRAM TIM PDAM.....</b>	<b>47</b>
<b>TABEL 4.2 DIAGRAM TIM INDOMARET.....</b>	<b>49</b>
<b>TABEL 4.1 DIAGRAM TIM BIN.....</b>	<b>51</b>
<b>TABEL 4.1 DIAGRAM TIM LAVANI.....</b>	<b>59</b>

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Bola voli adalah salah satu olahraga di dunia, yang paling berhasil, populer, penuh persaingan sekaligus menyenangkan, Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari semua lapisan masyarakat di Indonesia, Bola voli merupakan suatu olahraga tim yang melibatkan dua tim yang bermain berhadapan, dengan setiap tim terdiri dari enam pemain.

Secara umum, permainan Bola voli harus didukung keterampilan dasar yang baik, seperti teknik memukul bola, mengumpan bola, dan melakukan *smash* ke area lapangan lawan, durasi permainan Bola voli biasanya adalah 2 kali 45 menit. Penentuan pemenang dalam permainan Bola voli didasarkan pada tim yang pertama kali mencapai skor 25. Lapangan Bola voli dapat berbagai macam bentuk, termasuk rumput, kayu, pasir, dan juga di lapangan sekolah. Permainan Bola voli melibatkan upaya untuk mempertahankan area kita dan menyerang area lawan dengan tujuan memperoleh poin. Selain keterampilan teknis seperti servis, passing, dan block, taktik dan strategi juga memiliki peranan penting dalam permainan Bola voli (Mahfud dkk. 2023).

Karakteristik *smash* yakni keras, curam kebawah, laju jalannya bola cepat menuju lapangan lawan, sehingga pukulan ini memerlukan daya ledak otot tungkai yang kuat agar memiliki kapasitas lompatan yang lebih besar dan tinggi, sehingga teknik *smash* yang dihasilkan akan semakin bagus. Selain itu kekuatan otot lengan sangat diperlukan sehingga kualitas *smash* yang dihasilkan mempunyai daya jangkauan yang lebih luas. Selain itu faktor kurangnya latihan dan pengulangan gerakan sangat mempengaruhi dalam penguasaan

keterampilan bermain bola voli, khususnya keterampilan melakukan *smash* (Ashar 2020).

Setelah peneliti melakukan observasi dilapangan, ternyata prestasi klub final pertandingan proliga dapat dikatakan masih rendah. Ini dapat dilihat oleh umum dan Kejuaraan Antar Klub di GOR Jayabaya hanya masuk 6 besar. Rendahnya prestasi klub pertandingan final proliga ini diduga salah satu penyebabnya adalah kecepatan reaksi dan koordinasi mata-tangan dalam mengambil *smash* masih kurang, karena pada saat melakukan *smash* bola sering tersangkut di net. Maka pada kesempatan ini penulis ungkapkan dalam sebuah karya ilmiah yang berjudul “Analisis *Smash* Mematikan Bola Voli Pada Pertandingan Proliga”. Pada dasarnya permainan bolavoli adalah memasukan bola ke daerah lawan melewati rintangan berupa tali atau net. Kemudian untuk memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di daerah lawan. Permainan bola voli artinya memantulkan (memainkan) bola di udara sebelum bola jatuh atau bola menyentuh lantai.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan penjelasan identifikasi di atas memiliki identifikasi masalah yaitu kurangnya kemampuan *smash* mematikan, dan tidak bisa sekali pukulan *smash* langsung dapat mencetak poin.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah penelitian ini akan berfokus pada masalah, maka penelitian ini dibatasi pada menganalisis teknik *smash* yang kurang mematikan.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah menganalisis teknik *smash* pada pertandingan bola voli yang paling efektif dan memtaikan pada pertandingan saat final bola voli proliga

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian diatas, maka tujuan penelitian ini adalah mengetahui teknik yang paling efektif sehingga dapat langsung mencetak poin pada final bola *smash* voli proliga.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### 1. Secara Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan penelitian lanjutan yang meneliti tentang *smash* pada bola voli.
- b. Serta sebagai bahan aktivitas akademik mahasiswa khususnya untuk mahasiswa Prodi Penjaskesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri.

##### 2. Secara Praktis

###### a. Bagi Pengamat

Sebagai teori pengetahuan yang bisa dijadikan pelajaran dalam dunia olahraga termasuk dalam olahraga bola voli.

###### b. Bagi Atlet

Diharapkan sebagai ilmu pengetahuan atlet bola voli sebelum bertanding.