

HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN DENGAN KEMAMPUAN PASSING ATAS PADA PERMAINAN BOLA VOLI MAHASISWA JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN ANGKATAN 2018 FKIP UHO

Asmida¹, Wolter Mongsidi², Badaruddin³

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan/Ilmu Keolahragaan/Mahasiswa
Email: asmida04041996@gmail.com

²Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan/Ilmu Keolahragaan /Dosen
Email: wolterfik@gmail.com

³Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan/Ilmu Keolahragaan/Dosen
Email: Uddinbadar234@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the correlation between eye and hand Coordination with overhead passing ability of volleyball games at the students of sports sciences in academic year 2018, teacher training and education faculty at halu oleo university. The population in this study were all students of sports sciences in academic year 2018, teacher training and education faculty at halu oleo university, amounted to 73 people consist of 54 boys and 19 girls. The sample in this study was taken based on a purposive sampling technique that is based on consideration of male obtained by 54 people, the based on students who are able to done overhead passing getting 32 people who were sampled in this study. The instrument is used to measure eye and hand Coordinationmic by throwing the ball to the wall repeatedly for 30 seconds, while to measure overhead passing ability with a test of overhead passing repeatedly by overhead.

Based on the product moment correlation test on the observed variables, it can be expla that there is a significant correlation between eye and hand Coordination with overhead passing ability $r_{xy} = 0.40 > r_{table} (0.05:32)$, its means that there is a significant correlation between eye and hand coordination with overhead passing ability of volleyball games at students of sports sciences in academic year 2018, teacher training and education faculty at halu oleo university, with coefficient determination (r^2) = 0.16.

Based on the results of this analysis, it can be concluded that there is a significant correlation between eye and hand coordination with overhead passing ability of volleyball games at halu oleo university. Eye and hand coordination contributed to 16% at the overhead passing ability of volleyball games, while 84% was influenced, by other physical conditions such as strength, accuracy, speed, agility, balance, flexibility, endurance, and reaction.

Keywords: Coordination, eyes and hands overhead passing, games, volleyball

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan koordinasi mata dan tangan dengan kemampuan passing atas permainan bola voli pada mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018, Fakultas Keguruan dan ilmu pendidikan universitas halu oleo. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas halu oleo berjumlah 73 orang terdiri dari 54 putra dan 19 putri. Sampel dalam penelitian di ambil berdasarkan teknik purposive sampling yakni berdasarkan pertimbangan jenis kelamin putra di peroleh 54 orang,

kemudian berdasarkan mahasiswa yang mampu melakukan passing atas di peroleh 32 orang yang di jadikan sampel dalam penelitian ini. Instrumen yang di gunakan untuk mengukur koordinasi mata dan tangan dengan tes lempar tangkap bola ke dinding secara berulang ulang selama 30 detik, sedangkan untuk mengukur kemampuan passing atas dengan tes passing atas secara berulang ulang melewati atas kepala.

Berdasarkan uji korelasi product moment terhadap variabel – variabel yang di amati, dapat di jelaskan bahwa ada korelasi yang signifikan antara koordinasi mata dan tangan dengan kemampuan passing atas, dimana $r_{xy} = 0,40 > r_{table} (0.05:32 = 0.349)$ yang berarti menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan tangan dengan kemampuan passing atas permainan bola voli pada mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo, dengan koefisien determinasi (r^2) = 0,16.

Berdasarkan hasil analisis, dapat di simpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan tangan dengan kemampuan passing atas permainan bola voli pada mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018, fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas halu oleo. Koordinasi mata dan tangan memberikan kontribusi sebesar 16% pada kemampuan passing atas permainan bola voli, sedangkan 84% di pengaruhi oleh unsur kondisi fisik lainnya seperti kekuatan, ketepatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, kelenturan, daya tahan dan reaksi.

Kata Kunci: Koordinasi, Matadan Tangan, *Passing* Atas, Permainan Bola Voli.

PENDAHULUAN

Kordinasi Mata Tangan adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan gerakan yang berbeda dalam satu pola gerakan tunggal secara efektif. Kordinasi Mata Tangan adalah kemampuan untuk memadukan pelaksanaan tugas gerak yang terpisah-pisah yang di dukung oleh beberapa sumber penginderaan sehingga menjadi gerak yang harmonis dan efisien.

Koordinasi Mata Tangan sangat di butuhkan oleh pemain dalam mengarahkan suatu benda menuju sasaran yang akan di capai . Dengan koordinasi yang baik, maka suatu benda yang di lemparkan akan berhasil menuju sasaran. Pada dasarnya koordinasi di kemukakan para ahli tersebut mempunyai pengertian yang hampir sama sehingga dapat di simpulkan koordinasi mata tangan merupakan kemampuan mata untuk mengintegrasikan rangsangan yang di terima dan tangan sebagai fungsi penggerak untuk melakukan gerakan sesuai yang di inginkan.

Menurut Bomp (1994) pada dasarnya koordinasi di bedakan menjadi dua macam, yaitu koordinasi umum dan khusus. Koordinasi umum merupakan kemampuan seluruh tubuh dalam menyesuaikan dan mengatur gerakan secara simultan pada saat melakukan suatu gerak. Artinya bahwa setiap gerakan yang di lakukan melibatkan semua atau sebagian besar otot- otot system syaraf, dan persendian. Yaitu kemampuan untuk mengkoordinasikan gerak dari sejumlah anggota badan, secara simultan.

Koordinasi di perlukan hampir semua cabang olahraga pertandingan maupun permainan, Koordinasi juga penting bila berada dalam situasi dan lingkungan yang asing, misalnya perubahan lapangan pertandingan, peralatan, cuaca, lampu penerangan dan lawan yang di hadapi. Tingkatan baik dan tidaknya Koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuan melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat, cepat, dan efisien. Koordinasi yang baik dapat mengubah dan berpindah secara cepat dari pola gerak satu ke pola gerak yang lain sehingga geraknya menjadi efektif.

Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, pembentukan watak, disiplin dan sportivitas serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan Nasional. Dalam GBHN 1998 telah ditegaskan kembali tentang tujuan keolahragaan, yaitu meningkatkan kualitas manusia Indonesia. Secara khusus keolahragaan tercermin sebagai ciri-ciri kualitas manusia Indonesia yang berwatak baik, mempunyai tiga aspek, yakni aspek jasmani yang sehat kuat, segar,

bugar, berprestasi, aspek rohani yang berdisiplin, sportivitas, cerdas, berkeTuhanan, dan aspek-aspek sosial yang bersatu dan bersahabat, selaras, serasi, dan seimbang (Yudha, 2009)

Bola voli merupakan cabang olahraga yang sudah tidak asing lagi di masyarakat dan banyak penggemarnya baik di kalangan bawah sampai atas. Dalam permainan bola voli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bola voli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam permainan disamping kondisi fisik dan mental (Suharno, HP, 1984). Setiap cabang olahraga memiliki taktik dan teknik tersendiri, demikian pula cabang olahraga bola voli. Salah satu teknik dasar permainan bola voli itu adalah *passing*. Teknik *passing* merupakan teknik yang paling dasar dari sekian teknik dasar yang ada, oleh karena itu sangat penting diberikan sebab merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan permainan bola voli (Agus Margono, dkk. 1993).

Teknik *passing* ada dua yaitu: *passing* atas dan *passing* bawah. Keduanya memiliki tingkat kesulitan yang tidak sama. *Passing* atas relatif lebih sulit dibanding *passing* bawah. Oleh karena itulah pentingnya pelatih dan guru kreatif dan terampil mengajarkannya agar menarik dan dapat dikuasai dengan mudah oleh anak didiknya. Hal yang sama dikatakan oleh Durwachter (1986) yang mengatakan bahwa dalam permainan bola voli yang sangat penting dipelajari salah satunya adalah *passing*. *Passing* sebagai penunjang sukses tidaknya permainan bola voli baik pada saat melakukan serangan atau bertahan. *Passing* pada dasarnya merupakan kunci dasar dalam suatu permainan bola voli maka *passing* mutlak untuk dikuasai oleh semua pemain. Durrwachter (1986), mengatakan bahwa pada tahap awal permainan bola voli sudah memadai apabila pemain menguasai satu unsur dasar yaitu *passing* atas. Kemudian baru ditambah dengan *passing* bawah dan servis. Hal ini berarti bahwa pada latihan dasar teknik *passing* atas perlu dikuasai lebih dahulu sebelum teknik-teknik yang lain. Penguasaan teknik dasar secara sempurna dapat di capai dengan melakukan latihan-latihan kontinyu dan menggunakan metode latihan yang baik. Penguasaan teknik dasar sebagai salah satu penunjang keberhasilan permainan bola voli sangat di pengaruhi oleh unsur lain yaitu unsur kondisi fisik. Komponen fisik adalah kekuatan, kecepatan, daya tahan, keseimbangan kelincahan, dan koordinasi (Soekarman, 1989).

Komponen kemampuan fisik dalam hal ini koordinasi mata tangan merupakan komponen yang dibutuhkan dalam cabang olahraga bola voli khususnya saat melakukan *passing* atas. Dengan demikian secara khusus dapat dipastikan bahwa pada saat individu melakukan *passing* atas tentunya membutuhkan koordinasi mengingat semua gerakan harus dapat dikontrol dengan penglihatan yang cepat, sesuai dengan urutan yang direncanakan dalam pikiran.

Melakukan gerakan *passing* atas tentunya memerlukan sejumlah ransangan yang dapat dilihat, kemudian diintegrasikan kedalam gerak motorik yang hasilnya merupakan gerakan yang terkoordinasi dengan baik (Harsono, 1988). Dengan demikian kemampuan *passing* atas membutuhkan komponen fisik yakni koordinasi. Soekarman (1989), menyatakan bahwa untuk dapat melakukan gerakan-gerakan dalam olahraga secara sempurna terutama dengan hubungan penguasaan teknik dasar dalam olahraga permainan maka seseorang harus memiliki komponen fisik diantaranya koordinasi. Untuk mengetahui seberapa besar koordinasi dengan kemampuan *passing* atas tentunya perlu ditindak lanjuti dengan sebuah penelitian ilmiah.

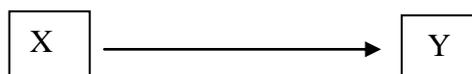
Berdasarkan uraian tersebut maka penulis merumuskan judul sebagai berikut hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *passing* atas permainan bolavoli padamahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan rancangan korelasional yang ingin mengetahui hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *passing* atas bola voli pada mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah koordinasi mata tangan sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan *passing* atas bola voli. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO yang berjumlah 73 orang yang terdiri dari 54 putra dan 19 putri. Sampel dalam penelitian ini diambil berdasarkan teknik *purposive sampling* yakni berdasarkan pertimbangan jenis kelamin putra diperoleh 54 orang, kemudian berdasarkan mahasiswa yang mampu melakukan *passing* atas diperoleh 32 orang mahasiswa diambil menjadi sampel penelitian. Instrumen untuk mengukur koordinasi mata tangan yaitu dengan tes lempar tangkap bola tenis (Saiful, 2012). Sedangkan instrumen untuk mengukur kemampuan *passing* atas yaitu diukur dengan menggunakan tes *passing* atas bola voli (Nurhasan, 2008). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik statistik inferensial diuji menggunakan *product moment*.

- a. Variabel bebas adalah koodinasi mata tangan (X)
- b. Variabel terikat adalah kemampuan *passing* atas (Y).

Metode penelitian ini merupakan metode deskriptif yang dimana peneliti ingin mengetahui hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *passing* atas permainan bola voli pada mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO. Adapun rancangan penelitian ini merupakan rancangan korelasional yang dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan :

X = Koordinasi mata tangan

Y = Kemampuan *Passing* Atas

= Hubungan

HASIL PENELITIAN

Deskriptif Variabel Penelitian (Koordinasi Mata Tangan dan Hasil *Passing* Atas)

Untuk lebih jelasnya mengenai koordinasi mata tangan dan hasil *passing* atas bola voli akan di uraikan pada tableberikut ini:

Tabel 1: Rata-Rata dan Standar Deviasi Variabel Koordinasi Mata Tangan (X) dengan Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli(Y)

Variabel	Rata-Rata	Standar Deviasi
X (Koordinasi Mata Tangan)	19	5,25
Y (Kemampuan <i>Passing</i> Atas)	15,43	6.96

Berdasarkan keterangan tabel 1 menunjukkan bahwa skor rata-rata koordinasi mata tangan adalah 19 dengan standar deviasi 5.25. Sedangkan skor rata-rata hasil *passing* atas bola voli yaitu 15.43 cm dengan standar deviasi 6.96.

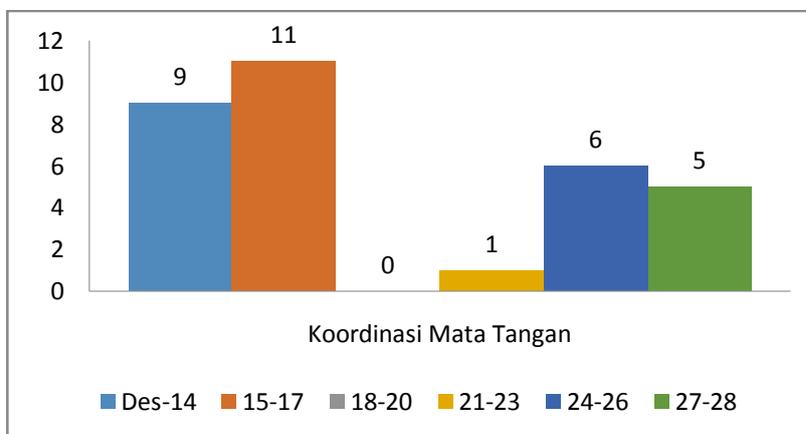
Tabel Distribusi Frekuensi dan Histogram Koordinasi Mata Tangan

Untuk lebih jelasnya mengenai distribusi frekuensi koordinasi mata tangan maka dapat di lihat pada tabel dan histogram berikut:

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Data Koordinasi Mata Tangan

No.	Kelas Interval	Frekuensi	Presentase
1.	12 – 14	9	28%
2.	15 – 17	11	34%
3.	18 – 20	0	0%
4.	21 – 23	1	3%
5.	24 – 26	6	19%
6.	27 – 28	5	16%
	Jumlah	32	100

Berdasarkan hasil data distribusi frekuensi koordinasi mata tangandi atas menunjukkan bahwa:a)data koordinasi mata tangan rentang nilai 12-14 terdapat 9 kali *testee* dalam melakukan lempar tangkap bola, b) data koordinasi mata tangan rentang nilai 15-17 terdapat 11 kali *testee* dalam melakukan lempar tangkap bola, c) data koordinasi mata tangan rentang nilai 18-20 terdapat 0 kali *testee* dalam melakukan lempar tangkap bola, d) data koordinasi mata tangan rentang nillai 21-23 terdapat 1 kali *testee* dalam melakukan lempar tangkap bola, e) data koordinasi mata tangan rentang nilai 24-26 terdapat 6 kali *testee* dalam melakukan lempar tangkap bola, f) data koordinasi mata tangan rentang nilai 27-28 terdapat 5 kali *testee* dalam melakukan lempar tangkap bola.



Gambar 4.1: Histogram Frekuensi Data Koordinasi Mata Tangan

Berdasarkan gambar histogram diatas, dapat dijelaskan bahwa *testee* yang memiliki koordinasi mata tangan paling rendah sebanyak 0*testee* pada rentang nilai 18-20.Sedangkan *testee* yang memiliki koordinasi mata tangan paling tinggi sebanyak 11*testee* pada rentang nilai 15-17.

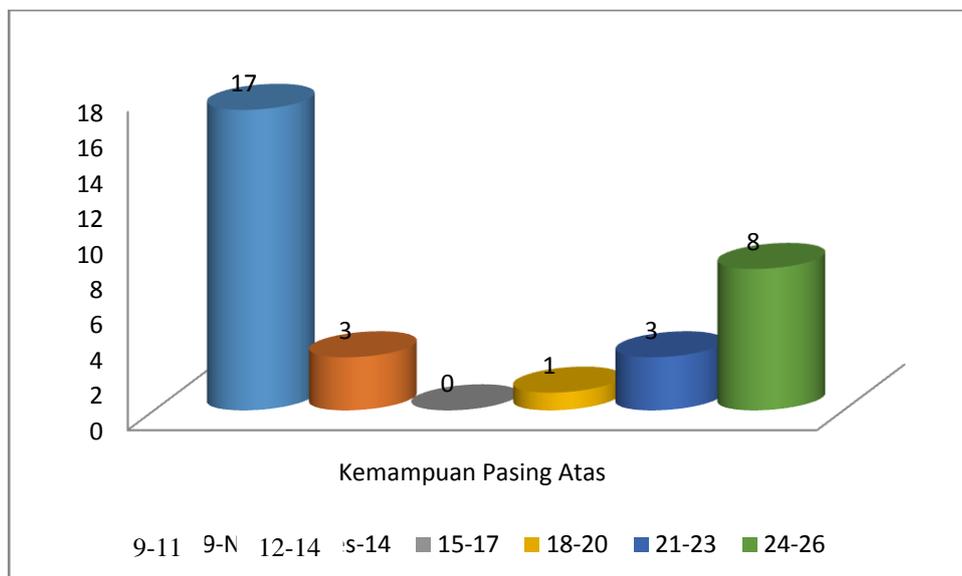
Tabel Distribusi Frekuensi dan Histogram Passing Atas Bola Voli

Untuk lebih jelasnya mengenai tabel distribusi frekuensi data kemampuan *passing* atas bola voli dapat di lihat pada tabel dan histogram berikut:

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Data Hasil *Passing* Atas Bola Voli

No.	Kelas interval	Frekuensi	Presentase
1.	9 – 11	17	53%
2.	12 – 14	3	9%
3	15 – 17	0	0%
4	18 – 20	1	3%
5	21 – 23	3	9%
6	24 – 26	8	25%
	Jumlah	32	100

Dilihat dari tabel data distribusi frekuensi di atas kemampuan *passing* atas, maka dapat dijelaskan bahwa: a) data kemampuan *passing* atas bola voli rentang nilai 9-11 terdapat 17 kali, b) data kemampuan *passing* atas bola voli rentang nilai 12-14 terdapat 3 kali, c) data kemampuan *passing* atas bola voli rentang nilai 15-17 terdapat 0 kali, d) data kemampuan *passing* atas bola voli rentang nilai 18-20 terdapat 1 kali, e) data kemampuan *passing* atas bola voli rentang nilai 21-23 terdapat 3 kali, f) data kemampuan *passing* atas bola voli rentang nilai 24-26 terdapat 8 kali.



Gambar 2: Histogram Frekuensi Data Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli

Berdasarkan histogram diatas, maka dapat dijelaskan bahwa *testee* yang memiliki kemampuan *passing* atas bola voli yang paling rendah sebanyak 0 *testee* pada rentang nilai 15-17. Sedangkan *testee* yang memiliki kemampuan *passing* atas bola voli paling tinggi sebanyak 17 *testee* pada rentang nilai 9-11. Selain itu rentang nilai hasil kemampuan *passing* atas bola voli paling sering diperoleh *testee* berada pada rentang nilai 12-14 dan 21-23 yang berjumlah 3 *testee*.

Uji Korelasi *Product Moment*

Mengetahui bagaimana hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *passing* atas, maka dapat di lakukan uji statistik korelasi *product moment*. Dari uji korelasi tersebut di peroleh hasil sebagaimana tercantum pada tabel berikut ini:

Tabel 4: Hubungan Koordinasi Mata Tangan dengan Hasil *Passing* Atas Bola Voli

Variabel	Rata-Rata	r_{xy}	r^2
X (Koordinasi Mata Tangan)	19	0,40	0,16
Y (<i>Passing</i> Atas)	15.43		

Berdasarkan tabel di atas maka dapat di jelaskan bahwa hubungan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan *passing* atas bola voli mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO adalah $r_{xy} > 0,40$ r_{tab} (0,05 : 32 = 0,349) sedangkan koefisiendeterminasi (r^2) = 0,16 atau 16%. Dari hasil tersebut maka jelas bahwa hubungan antara variabel X dan variabel Y terdapa korelasi yaitu sebesar16%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan uji korelasi *product moment* terhadap variabel-variabel yang dapat diamati, maka dapat dijelaskan bahwa terdapat korelasi yang signifikan terhadap hubungan koordinasi mata tangan dengan hasil kemampuan *passing* atas, dimana $r_{xy} = 0,40 > r_{tab}$ (0.05 : 32 = 0.349) yang berartiterdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan *passing* atas permainanbola voli pada mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO.Kemudian koefisien determinasi (r^2) = 0,16 atau 16% yang artinya bahwa terdapat kontribusi koordinasi mata tangan terhadap hasil kemampuan *passingg* atas permainan bola voli pada mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO.

Hasil penelitian didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Sukirno, dkk (2017), dengan judul hubungan koordinasi mata - tangan dengan hasil *passing* atas pada permainan bola voli putra SMA Negeri 15 Purwodadi.Berdasarkan hasil dan analisis datatersebut, maka dinyatakan sebagai berikut: rhitung diperoleh hasil 0,44, sedangkan rtabeladalah 0,21. Ini menunjukkan rHitunglebih besar dari rtabel (0,44 = 0,21), maka koordinasimata-tangan memiliki kontribusi yang kuationterhadap kemampuan *passing* atas dengan sumbangannya sebesar 44% terhadap hasil passing atas pada permainan bola voli. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amlan Lateke (2015), dengan judul hubungan kekuatanotot lengan dengan kemampuan teknik dasar passing atas permainan bola voliputri di SMA Negeri 1 Kintom.Berdasarkan hasil uji analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan Kekuatan Otot Lengan dengan kemampuan teknik dasar passing atas Permainan Bola voli Putri di SMA Negeri 1 Kintom. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis nilai r- hitung adalah 7,385 sementara nilai r- tabel pada taraf signifikansi 95% atau $\alpha=0.05$ dengan db (Derajat bebas) $N - 1 = 21$ maka r- tabel adalah 0.404. Karena r-hitung lebih besar dari r-tabel atau $7,385 > 0.404$ Yang berarti bahwa hipotesis diterima, sehingga H_0 yang mengatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis bawah ditolak. Berdasarkan hasil tersebut dinyatakan bahwa ada hubungan antara kekuatan otot lengan (push-Up 1 menit) terhadap passing atas dalam permainan bola voli pada Siswi Putri kelas XI A dan Kelas XI B SMA Negeri 1 Kintom. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara variabel X dan Y, persamaan dalam penelitian di atas yaitu berada dalam tingkat korelasi sedang.

Koordinasi adalah kemampuan untuk mengkombinasikan beberapa gerakan tanpa ketegangan dengan urutan yang benar dan melakukan gerakan yang kompleks secara mulus tanpa menegeluarkan energi yang berlebihan.Tingkat koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat, dan efisien.Hal ini didukung pula oleh teori yang di kemukakan oleh Sugiyanto (1993),bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk memadukan berbagai macam gerakan kedalam satu atau lebih pola gerak khusus.Sedangkan menurut Soekarman (1989), koordinasi adalah kemampuan untuk mengkombinasikan beberapa gerakan tanpa ketegangan dengan urutan yang benar dan

melakukan gerakan yang kompleks secara mulus tanpa mengeluarkan energi yang berlebihan.

Koordinasi akan berjalan dengan baik apabila kemampuan untuk memadukan pelaksanaan tugas gerak yang terpisah-pisah yang didukung oleh beberapa sumber penginderaan sehingga menjadi gerak yang harmonis dan efisien. Merujuk dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata tangan berkontribusi terhadap kemampuan *passing* atas permainan bola voli pada mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data koordinasi mata tangan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *passing* atas permainan bola voli pada mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan angkatan 2018 FKIP UHO.

SARAN

Sehubungan dengan hasil penelitian ini maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Universitas khususnya FKIP UHO agar memperbaharui sarana dan prasarana olahraga, sehingga semua mahasiswa dapat menggunakan fasilitas olahraga. Serta perlunya buku-buku perpustakaan agar lebih dilengkapi khususnya buku pendidikan jasmani secara teoritik dan buku metode-metode pembelajaran yang berkaitan dengan permainan bola voli sehingga pelatihan yang dilakukan dapat berhasil dan berdaya guna.
2. Kepada para mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan angkatan 2018 FKIP untuk lebih giat berlatih secara sungguh-sungguh dengan penuh kedisiplinan di setiap sesi latihan dan khususnya berkaitan dengan penguasaan teknik permainan bola voli.
3. Bagi peneliti selanjutnya bila ingin melakukan penelitian serupa, maka pendekatan bermain dalam permainan bola voli dapat dikembangkan untuk diterapkan pada materi olahraga, karena dengan adanya variasi pembelajaran dalam pendekatan bermain dapat membuat peserta tidak jenuh dan merasa nyaman dalam mengikuti pelajaran olahraga sehingga materi yang disampaikan dapat diserap dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penghargaan Teristimewa Kepada Ayahanda dan Ibunda yang tiada henti mencurahkan kasih sayangnya dalam membesarkan dan mendidik penulis sejak kecil sampai penulis menyelesaikan studi, serta senantiasa memberikan support selama penyelesaian skripsi penulis.

DAFTAR PUSTAKA

Dari Skripsi/ Jurnal

- Agus Margono, dkk. 1993. *Permainan Besar Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud, Balai Pustaka.
- Amlan Lateke (2015), *Hubungan Kekuatan Otot Lengan dengan Kemampuan Teknik Dasar Passing Atas Permainan Bola Voli Putri Di SMA Negeri 1 Kintom*. E-Journal Tadulako Physical Education Health And Recreation, Volume 3, Nomor 12 Oktober-Desember 2015 ISSN 2337-4535

Dari internet

- Sukirno, dkk (2017), *Hubungan Koordinasi Mata - Tangan dengan Hasil Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Putra SMA Negeri 15 Purwodadi*. Altius, Volume 6, Nomor 1, Januari.

Durwachter, 1986, *Bola Volley Belajar dan Berlatih Sambil Bermain*. Jakarta: PT. Gramedia.
Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*, Dirjen Dikti, Depdikbud. Jakarta.
Sugiyanto, 1989, *Perkembangan Dan Belajar Motorik*. Depdikbud Universitas Terbuka Jakarta.

Dari Buku

Nurhasan, 2008. *Penilaian Pembelajaran Penjas*. UT Jakarta.

Saiful, 2012. *Buku Paanduan Tes Pengukuran Penjas*. FKIP.UHO. Dasar- Dasar Olahraga untuk pembina, pelatih, dan atlet. PT. Masagung Jakarta

Soekarman, 1989. *Dasar-dasar Olahraga untuk Pembina, Pelatih, dan Atlet*. PT. Masagung Jakarta.