

PENGARUH KESEIMBANGAN, KELINCAHAN DAN MOTIVASI BEROLAHRAGA TERHADAP KETERAMPILAN PASSING ATAS BOLA VOLI DI SMA NEGERI 1 PANGGARANGAN KABUPATEN LEBAK

Mukhtar Ridwan

JL. BTN Kota Mutiara Lebak RT 02 RW 04 Desa Cilangkap Kecamatan Kalanganyar
Kabupaten Lebak Rangkasbitung

E-mail: ridwansurga58@yahoo.com

Abstrak: Pengaruh Keseimbangan, Kelincahan dan Motivasi Berolahraga Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli. Tujuan penelitian untuk mengetahui dan membuktikan pengaruh langsung dan tidak langsung antara keseimbangan (X_1), kelincahan (X_2), dan motivasi berolahraga (X_3) terhadap keterampilan passing atas pada siswa SMA Negeri I Panggarangan (X_4). Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri I Panggarangan Kabupaten Lebak. Pelaksanaan penelitian berlangsung dari bulan Maret sampai dengan Mei 2015.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik non tes, sedangkan teknik analisis menggunakan pendekatan analisis jalur (*path analysis*). Populasi dalam penelitian ini adalah 32 siswa SMA Negeri I Panggarangan. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel 32 siswa.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa: (1). Keseimbangan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri I Panggarangan sebesar 9,30%. (2). Keseimbangan berpengaruh langsung terhadap motivasi berolahraga Siswa SMA Negeri I Panggarangan sebesar 26,11%. (3). Kelincahan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri I Panggarangan sebesar 12,89%. (4). Kelincahan berpengaruh langsung terhadap motivasi berolahraga Siswa SMA Negeri I Panggarangan sebesar 12,82%. (5). Motivasi berolahraga berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri I Panggarangan sebesar 10,56%.

Kata kunci: Keseimbangan, Kelincahan, Motivasi Berolahraga, Passing atas

PENDAHULUAN

Pembinaan olahraga secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi maksimal. Meningkatkan kondisi fisik hanya dapat dicapai dengan cara latihan yang benar, terprogram, terukur berdasarkan kaidah-kaidah ilmiah. Karenanya proses latihan fisik adalah proses yang harus direncanakan dan

dilakukan secara sistematis berdasar pada prinsip-prinsip latihan.

Perkembangan teknik permainan bolavoli diarahkan pada peningkatan keterampilan gerak dalam memainkan bola. Bola yang dimainkan dapat dilewatkan melalui jaring ke lapangan lawan sehingga lawan tidak mampu mengembalikan bola atau mengalami kesulitan untuk mengembalikan bola

dengan baik, tanpa mengabaikan peraturan permainan.

Bagaimana penelitian ini muncul adalah berawal dari teknik *passing* atas tersebut, suatu hasil pengamatan yang ditemukan penulis mengenai *passing* atas ini merupakan salah satu teknik untuk menunjang serangan melalui peranan seorang *setter* atau pengumpan. Kurang antusiasnya pemain dalam mempelajari teknik *passing* atas karena masih beranggapan bukan teknik yang menyenangkan dibanding *spike/smash*.

Dari beberapa proses gerakan yang terjadi pada teknik gerakan *passing* atas ada dua gerakan yang diyakini penulis mempunyai peran penting untuk meningkatkan kualitas *passing* atas, yang pertama yaitu pada saat sedang melakukan gerakan *passing* atas untuk dapat menerima arah datangnya bola dan mengumpan ke berbagai arah bola yang akan diberikan pada seorang *spiker* sehingga menyulitkan lawan dalam pengembalian bolanya, pada gerakan inilah terlihat faktor kelincahan berperanserta pada teknik *passing* atas. Kedua adalah pada saat seorang pemain melakukan umpan terutama jump toss dengan mendorong bolaterhadap bola yang dilambungkan dan akan dipukul oleh seorang *spiker* pada posisi yang tepat, pada gerakan ini terlihat faktor keseimbangan dan kelincahan yang ikut berpengaruh.

Setelah membahas dua variabel bebas di atas yang berkaitan dengan unsur fisik dan satu variabel terikat yang berkaitan dengan unsur teknik, maka akan dirasakan kurang lengkap jika unsur psikologis tidak diikutsertakan dalam variabel bebas penelitian penulis ini.

Perkembangan mental tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan

perkembangan komponen lainnya. Bagaimanapun perkembangan fisik, taktik dan teknik seorang harus diperhatikan dengan baik, akan tetapi jika perkembangan mental psikologisnya tidak diperhatikan dengan seksama maka tidak mungkin prestasi puncak dapat diraih. Sebab di dalam pembinaan cabang olahraga di sekolah yang merupakan pondasi olahraga hendaknya ditanamkan motivasi berolahraga lebih dini.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas mengenai keseimbangan, kelincahan, motivasi berolahraga dan *passing* atas pada bola voli diatas, menurut pengamatan penulis ketiga variabel bebas tersebut, yakni keseimbangan, kelincahan, dan motivasi berolahraga dapat menjadi faktor yang sangat mempengaruhi keterampilan *passing* atas sebagai variabel terikat dalam penelitian ini.

Keterampilan dapat dipahami sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh. Sebagai indikator tingkat kemahiran maka keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam menjalankan suatu tugas berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan. Keterampilan dalam olahraga merupakan suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas dengan pasti dalam cabang olahraga. Dalam bola voli keterampilan merupakan kemampuan seseorang mempergunakan teknik bola voli secara efektif dan tepat sesuai dengan situasi dan kondisi dalam bermain. Untuk

dapat bermain bola voli dengan baik, aspek yang paling dominan yang perlu mendapat perhatian dari seorang pengajar atau pelatih adalah keterampilan teknik dasar pemain itu sendiri.

Keterampilan (*skill*) menurut (Sri Widiastuti dan Nur Rohmah 2010:49) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat. Sedangkan menurut Hari Amirullah (2006:17) bahwa istilah terampil juga diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas, dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran. Menurut Widiastuti (2011:196) keterampilan gerak adalah gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar. Seseorang yang mampu melakukan gerak keterampilan dengan baik dikatakan terampil. Orang yang terampil mampu melakukan tugas gerak secara efisien dan efektif. Dikatakan efisien adalah apabila pelaksanaan gerakan tidak banyak mengeluarkan tenaga tanpa membuang tenaga yang seharusnya tidak dikeluarkan. Sedangkan dikatakan efektif apabila pelaksanaan gerakan sesuai dengan apa yang dikehendaki atau sesuai dengan tujuannya.

Keterampilan passing atas dalam permainan bola voli merupakan salah satu keterampilan yang membutuhkan tahapan-tahapan belajar gerak yang terkoordinasi. Rangkaian gerakan passing atas tersebut dapat dipelajari sesuai dengan tahapan-tahapan belajar gerak. Menurut Kasiyo (2013:189) Dalam mempelajari keterampilan olahraga mempunyai 2 (dua) aspek. Aspek pertama adalah kemampuan

keterampilan teknik kecabangan (kemampuan teknik) dan aspek yang kedua adalah kemampuan dasar (kemampuan fisik).

Tahapan gerakan teknik passing atas menurut Ahmadi (2007:16) dibagi tiga yang pertama sikap permulaan, sikap saat perkenaan dan sikap akhir, berikut penjelasan ketiga tahapan tersebut:

Sikap permulaan, pemain mengambil sikap normal. Adapun sikap normal adalah sebagai berikut: pemain berdiri dengan salah satu kaki berada di depan kaki yang lain. Dianjurkan bila tidak kidal kaki berada lebih ke depan dari kaki kanan. Lutut ditekuk badan agak condong sedikit ke depan dengan tangan siap berada di depan dada. Pada saat akan melakukan passing, maka segeralah menempatkan diri di bawah bola dengan tangan diangkat ke atas depan kira-kira setinggi dahi. Jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk suatu setengah bulatan. Jari-jari diregangkan sedikit satu dengan yang lain dan kedua ibu jari membentuk satu sudut.

Menurut Beutelshtal (2008:21) tahapan *overhead pass* dibagi dalam tiga tahapan:

1) Tahap pertama: Fase persiapan. Pemain mempersiapkan diri dengan stance dasar: kedua lutut ditekuk sedikit, jarak antara kedua kaki kira-kira selebar kedua paha, kaki yang satu di depan kaki yang lain. Tubuh harus segera mengambil posisi di bawah bola. Berat dibagi merata, bertumpu pada kedua kaki. Tangan ditekuk ke belakang dari pergelangannya, posisi di atas kepala dan jarinya berbentuk “cup” dan dibebarkan selebar mungkin

2) Tahap kedua fase sentuhan. Pemain menggerakkan tubuh dan lengannya ke belakang pada waktu terjadi kontak dengan bola. Mula-mula bola disentuh dengan ujung-ujung jari yang dibebaskan selebar mungkin. Selama melakukan volley kepala selalu ditegakkan kebelakang dan kedua paha menjurus kedepan.

3) Tahap ketiga: Fase *follow-through*. Sesudah selesai melambungkan bola pemain langsung pindah tempay pada posisi berikutnya.

Keseimbangan, salah satu kondisi fisik yang tidak bisa dilepaskan dalam olahraga apapun termasuk bolavoli, di bolavoli keseimbangan sangat diperlukan sekali pada saat akan melakukan suatu gerakan dalam bolavoli seperti akan melakukan *spike*, *jum serve*, *jump tos* dan menipu lawan.

Menurut Widiastuti (2011:17) keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara cepat pada saat berdiri (*static balance*). Kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: visual, vestibular. Oleh sebab itu seseorang pada saat akan melakukan gerak keseimbangan secara tidak langsung berhubungan langsung dengan anggota badan yang lainnya.

Hal di atas sependapat dengan Don R. Kirkendall dalam winarno (2007:249) tingkat keseimbangan seseorang sangat kompleks, karena pada akhirnya akan melibatkan banyak unsur perangkat tubuh, seperti system vestibular yang terdapat pada telinga bagian dalam, pandangan mata, tactile sensation dan proprioceptor, interpretasi otak dan

pikiran, hasil dari berbagai respon motoric turut menentukan keadaan fisik seseorang. Frank dan Deutsch dalam winarno (2007:249) mendefinisikan keseimbangan sebagai tingkat kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menjaga system jaringan urat sarafnya dalam keadaan statis, sehingga merespon dan mengontrol tubuhnya dalam melakukan gerakan tertentu.

Dalam keterampilan passing atas bolavoli komponen fisik selain keseimbangan adalah kelincahan. Kelincahan merupakan faktor yang paling utama dalam peningkatan prestasi bagi seorang atlet. Komponen kondisi fisik merupakan syarat penting yang harus dimiliki oleh siswa atau atlet dalam usaha dan mengembangkan/meningkatkan prestasi. Keterampilan yang harus dimiliki oleh setiap pemain bolavoli adalah keterampilan fisik untuk dapat menunjang dan mendukung penampilan dalam bermain bolavoli di suatu pertandingan. Secara daya tarik dalam bermain bolavoli adalah keterampilan para pemain untuk dapat mengatur serangan dengan menghasilkan angka serta mampu bertahan dan kembali menyerang.

Menurut Johansyah (2013:92) kecepatan, kelincahan dan daya tahan kecepatan adalah kemampuan penting yang dapat mempengaruhi kinerja dalam berbagai olahraga. Mengintegrasikan kecepatan, kelincahan, dan daya tahan kecepatan ke dalam rencana pelatihan tahunan dan manipulasi variabel pelatihan khusus dapat mengoptimalkan kapasitas performa. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kecepatan, kelincahan,

dan daya tahan kecepatan akan menghasilkan penampilan atlet yang terbaik.

Sebagai seorang pemain bolavoli wajib memiliki unsur kelincahan, dan kelincahan khusus ini dapat diperoleh dengan hasil latihan yang serius, dan tanpa kelincahan para pemain tidak bisa bermain dengan baik serta tidak akan berkembang apalagi untuk keperluan prestasi. Kelincahan merupakan salah satu kondisi fisik yang penting dalam berolahraga, hal ini dikemukakan oleh Soekarman (2007:57) bahwa “Kelincahan merupakan faktor yang penting untuk dapat beraktifitas dalam berbagai macam berolahraga.

Dorongan yang timbul dari seseorang sadar atau tidak sadar untuk melakukan sesuatu tindakan atau usaha dengan tujuan tertentu yang menyebabkan seseorang tergerak melakukan sesuatu mencapai tujuan yang dikehendakinya atau mendapat kepuasan dengan perbuatannya. Motivasi manusia dalam memenuhi kebutuhannya tergantung dari hierarki kebutuhan. Kebutuhan yang lebih rendah harus dipenuhi sebelum bergerak pada kebutuhan yang lebih tinggi. Menurut Gunarsa (2004:93) Kebutuhan-kebutuhan itu menentukan bagaimana orang bertingkah laku dan memotivasi diri mereka sendiri.

Perbedaan pengertian antara motif dan motivasi menurut Ngalim (2007:71) motif menunjukkan suatu dorongan yang menyebabkan seseorang mau bertindak melakukan sesuatu, sedangkan motivasi adalah “Pendorong” suatu usaha yang didasari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar ia tergerak hatinya untuk bertindak melakukan sesuatu hingga

mencapai hasil tau tujuan tertentu. Sudibyo (2001: 24) membedakan antara pengertian motif dan motivasi, motif adalah sumber penggerak dan pendorong tingkah laku individu memenuhi kebutuhan untuk mencapai tujuan tertentu, sedangkan motivasi adalah proses aktualisasi sumber penggerak dan pendorong tingkah laku individu memenuhi kebutuhan untuk mencapai tujuan.

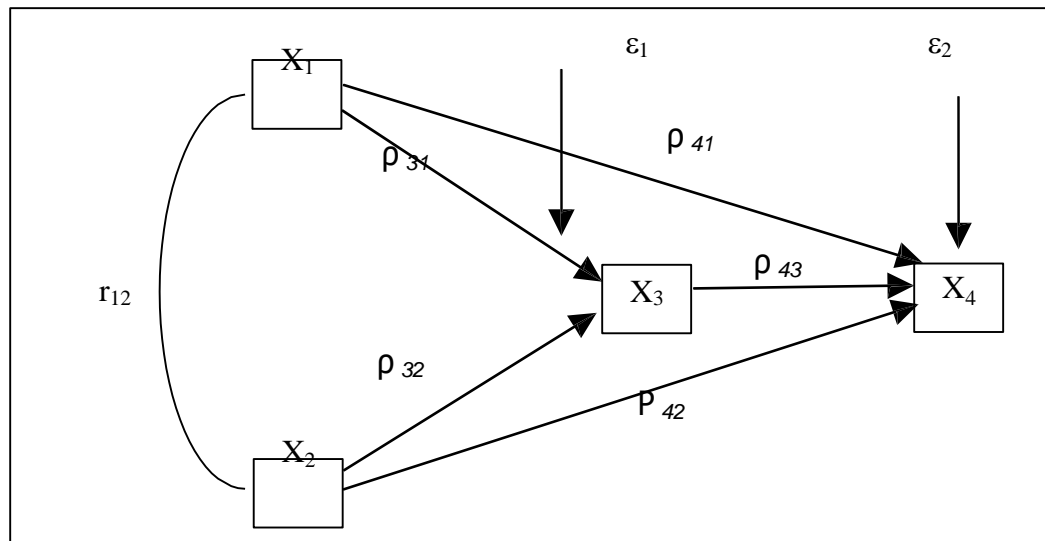
Motivasi dapat dilihat dari sisi instrinsik dan ekstrinsik antara lain: motivasi Instrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirancang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Kemudian kalau dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukannya (misalnya kegiatan ekstrakurikuler), maka yang dimaksud dengan motivasi instrinsik ini adalah ingin mencapai tujuan yang terkandung di dalam perbuatan siswa itu sendiri. Menurut Anto Irianto (2005:55) “Motivasi internal sifatnya lebih permanen, mandiri, dan stabil. Karena dorongan berasal dari dalam, kondisi kejiwaan orang yang bersangkutanlah yang akan menentukan kuat tidaknya motivasi, dan berlangsung lama atau tidaknya, tetapi secara umum dapat dikatakan bahwa sesuatu yang dari dalam ini akan lebih permanen”.

METODE

Secara umum tujuan penelitian untuk mengetahui dan membuktikan pengaruh langsung dan tidak langsung antara keseimbangan (X_1), kelincahan (X_2), dan motivasi berolahraga (X_3) terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1

Panggarangan (X_4). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan teknik analisis jalur (*path analisis*) untuk analisis datanya. Variabel yang dikaji terdiri dari 4 variabel yang terdiri dari tiga variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel

bebas meliputi: keseimbangan, kelincahandaan motivasi berolahraga. Variable terikat keterampilan passing atas. Keterkaitan antara variabel-variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Konstelasi pengaruh antara X_1 , X_2 , X_3 , dengan X_4
 Sumber: Buku Pedoman Penulisan Tesis dan Disertasi PPs UNJ Tahun 2012

Instrumen penelitian adalah bagian terpenting dalam suatu penelitian, instrumen dapat dikatakan sebagai alat yang dipakai dalam pengumpulan data, dan tahapan ini merupakan tahapan yang cukup penting dalam suatu penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini melalui instrumen penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data yang terlebih dahulu di uji cobakan guna mendapatkan validitas dan reliabilitasnya. Untuk (1) tes keterampilan passing atas (tes bola vollyery dari French Cooper). (2) tes keseimbangan menggunakan tes *Bass Test of Dynamic Balance*. (3) tes

kelincahan menggunakan *agility T test*. (4) motivasi berolahraga menggunakan kuesioner.

Teknik analisis yang di gunakan dalam pengujian hipotesis penelitian ini adalah (1) analisis jalur (*path analisis*), (2) korelasi sederhana, (3) koefisien determinasi. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat yaitu uji normalitas dengan menggunakan uji Liliefors dan homogenitas dengan uji Bartlett sebagai prasyarat analisis jalur. Di samping itu, dilakukan analisis keberartian dengan $\alpha = 0,05$ pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat baik secara bersama-sama maupun secara individu.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data Hasil Penelitian

Deskripsi data dari hasil penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai penyebaran distribusi data, baik yang berupa ukuran letak distribusi frekuensi. Harga-harga yang disajikan setelah diolah dari data mentah

Tabel 1. Rangkuman Hasil Penelitian

dengan menggunakan metode statistik deskriptif, yaitu nilai maksimum, nilai minimum, rentang, rata-rata, simpangan baku dan varians. Rangkuman hasil perhitungan statistik sebagai berikut:

STATISTIK	VARIABEL			
	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄
Sampel	32	32	32	32
Jumlah	1600	1600	1600	1600
Rata-Rata (\bar{X})	50	50	50	50
Nilai Maksimum	67	71	66	68
Nilai Minimum	28	33	28	37
Rentang	39	38	38	31
Simpangan Baku (s)	10	10	10	10
Varians (s ²)	100	100	100	100

Pengujian Persyaratan Analisis

Berhubung karena pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik dengan teknik analisis jalur (*path analysis*), maka perlu dilakukan uji persyaratan analisis, sehingga hasilnya dapat digunakan untuk menarik kesimpulan. Pada penelitian ini uji persyaratan yang dimaksud adalah uji normalitas dan homogenitas. Untuk

melihat apakah data yang diperoleh dari masing-masing variabel penelitian normal atau tidak, maka dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji *Liliefors*. Apabila hasil dari harga L_{hitung} (L_0) tertinggi dari kelompok variabel yang diteliti lebih kecil dari pada L_{tabel} (L_t) dalam daftar, maka data tersebut dikatakan berdistribusi normal.

Tabel 2. Rangkuman hasil pengujian normalitas

No	Galat Taksiran	N	L ₀ hitung	L ₀ tabel		Kesimpulan
				$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
1	X ₄ atas X ₁	32	0,095	0,157	0,182	Normal
2	X ₃ atas X ₁	32	0,074	0,157	0,182	Normal
3	X ₄ atas X ₂	32	0,097	0,157	0,182	Normal
4	X ₃ atas X ₂	32	0,058	0,157	0,182	Normal
5	X ₄ atas X ₃	32	0,102	0,157	0,182	Normal

Tabel 3. Rangkuman hasil pengujian homogenitas

No	Homogenitas varians	N	X ² hitung	X ² t _{tabel}		Kesimpulan
				$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
1	X ₄ atas X ₁	32	13,819	35,172	41,638	Homogen
2	X ₃ atas X ₁	32	13,754	16,919	21,666	Homogen
3	X ₄ atas X ₂	32	20,399	16,919	21,666	Homogen
4	X ₃ atas X ₂	32	11,795	35,172	41,638	Homogen
5	X ₄ atas X ₃	32	3,252	16,919	21,666	Homogen

Pengujian

Model Sebelum dilakukan perhitungan-perhitungan guna menguji model kausalitas, yang menggunakan model analisis jalur, maka sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya data hasil penelitian telah diuji dan memenuhi seluruh persyaratan yang diperlukan. Berdasarkan model kausal yang dibentuk

secara teoretik akan diperoleh diagram analisis jalur dan dihitung nilai koefisien untuk setiap jalurnya.

Berdasarkan hasil pengolahan data uji keseluruhan atau uji F pada sub struktur 1 dengan nilai $F_{hitung} = 28,452$ lebih besar dari F_{tabel} untuk $\alpha = 0,05$ sebesar 3,33

Tabel 4. Rangkuman Hasil Perhitungan Dan Pengujian Koefisien Jalur Sub-Struktur 1

Jalur	Koefisien jalur	t _{hitung}	t _{tabel}		Keterangan
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
ρ_{31}	0,511	3,145	1,697	2,457	Signifikan
ρ_{32}	0,358	2,206	1,697	2,457	Signifikan

Berdasarkan tabel rangkuman di atas menunjukkan bahwa semua koefisien jalur signifikan pada $\alpha = 0,05$, karena semua t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} . Berdasarkan hasil analisis jalur sub struktur 1, membuktikan semua koefisien jalur signifikan. Maka model hubungan sub struktur 1 X_1 ; X_2 ; terhadap X_3 tidak perlu diperbaiki dengan metode *trimming*. Berdasarkan hasil analisa pada tabel di atas diperoleh nilai koefisien jalur keseimbangan (X_1) terhadap motivasi berolahraga (X_3) sebesar $\rho_{31} = 0,511$. Koefisien jalur kelincahan (X_2) terhadap

motivasi berolahraga (X_3) sebesar $\rho_{32} = 0,358$. Sedangkan koefisien determinan atau kontribusi X_1 dan X_2 terhadap X_3 adalah $R_{square} = R^2$ adalah sebesar 0,662 yang berarti 66,2% motivasi berolahraga (X_3) dapat dijelaskan oleh variasi keseimbangan (X_1) dan kelincahan (X_2). Besar koefisien residu $\rho_{3e1} = \sqrt{(1-0,662)} = 0,581$ merupakan pengaruh variabel lain diluar keseimbangan (X_1) dan kelincahan (X_2). Dengan demikian persamaan struktural untuk sub struktur 1 adalah: $X_3 = 0,511X_1 + 0,358X_2 + 0,581\epsilon_1$

Tabel 5. Rangkuman Hasil Perhitungan Dan Pengujian Koefisien Jalur Sub-Struktur 2

Jalur	Koefisien jalur	t _{hitung}	t _{tabel}		Keterangan
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
ρ_{41}	0,305	2.176	1,697	2,457	Signifikan
ρ_{42}	0,359	2.747	1,697	2,457	Signifikan
ρ_{43}	0,325	2.347	1,697	2,457	Signifikan

Berdasarkan tabel rangkuman di atas menunjukkan bahwa semua koefisien jalur signifikan pada $\alpha = 0,05$, karena semua t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} . Berdasarkan hasil analisis jalur sub struktur 2, membuktikan semua koefisien jalur signifikan. Maka model hubungan

sub struktur 1 X_1 ; X_2 ; X_3 ; terhadap X_4 tidak perlu diperbaiki dengan metode *trimming*. Berdasarkan hasil analisa pada tabel di atas diperoleh nilai koefisien jalur X_1 terhadap X_4 sebesar $\rho_{41} = 0,305$. Koefisien jalur X_2 terhadap X_4 sebesar $\rho_{42} = 0,359$. Koefisien jalur X_3 terhadap X_4

sebesar $\rho_{43} = 0,325$. Sedangkan koefisien determinan atau kontribusi X_1 , X_2 dan X_3 terhadap X_4 adalah $R_{\text{square}} = R^2$ adalah sebesar 0,819 yang berarti 81,9% X_4 dapat dijelaskan oleh variasi X_1 , X_2 dan X_3 . Besar koefisien residu $\rho_{4e1} = \sqrt{1 - 0,819} = 0,425$ merupakan pengaruh variabel lain diluar X_1 , X_2 dan X_3 . Dengan demikian persamaan struktural untuk sub struktur 1 adalah: $X_4 = 0,305X_1 + 0,359X_2 + 0,325X_3 + 0,425\epsilon_2$

Pengujian Hipotesis

Setelah analisis model struktural dilakukan, hasil yang diperoleh digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan dan mengukur besarnya pengaruh

langsung antar variabel. Kesimpulan terhadap hipotesis yang diajukan akan ditarik melalui koefisien jalur dan uji keberartian untuk setiap jalur yang diteliti.

1) Keseimbangan (X_1) Berpengaruh Langsung Terhadap Motivasi Berolahraga Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak (X_3).

Hipotesis ini secara statistik dapat dirumuskan sebagai berikut:

$H_0 : \rho_{31} = 0$

$H_1 : \rho_{31} > 0$

Hasil perhitungan koefisien jalur dan t_{hitung} , untuk menguji hipotesis di atas disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 6. Pengujian Hipotesis Keseimbangan (X_1) Terhadap Motivasi Berolahraga (X_3) Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak.

Jumlah (n)	Koefisien jalur (ρ_{31})	t_{hitung}	t_{tabel}		Keterangan
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
32	0,511	3,145	1,697	2,457	Signifikan

Keterangan: Koefisien jalur sangat signifikan, $t_{\text{hitung}} = 3,145 > t_{\text{tabel}}$ pada $\alpha=0,05$; dk (32) = (1,697)

Hasil perhitungan sebagaimana yang terlihat pada tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien jalur keseimbangan (X_1) terhadap motivasi berolahraga (X_3) (ρ_{31}) = 0,511 dengan $t_{\text{hitung}} = 3,145$. Karena $t_{\text{hitung}} = 3,145$ dan $t_{\text{tabel}} = 1,697$ pada $\alpha=0,05$ maka $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, $3,145 > 1,697$ maka H_0 ditolak yang berarti terdapat

2) Kelincahan (X_2) Berpengaruh Langsung Terhadap Motivasi Berolahraga (X_3) Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak

Hipotesis ini secara statistik dapat dirumuskan sebagai berikut:

$H_0 : \rho_{32} = 0$

$H_1 : \rho_{32} > 0$

Hasil perhitungan koefisien jalur dan t_{hitung} , untuk menguji hipotesis di atas disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 7. Pengujian Hipotesis Kelincahan (X_2) Terhadap Motivasi Berolahraga (X_3) Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak

Jumlah (n)	Koefisien jalur (ρ_{32})	t_{hitung}	t_{table}		Keterangan
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
32	0,358	2,206	1,697	2,457	Signifikan

Keterangan:

*= Koefisien jalur sangat signifikan, t_{hit} (2,206) > t_{tab} pada $\alpha=0,05$; $dk(32)=$ (1,697)

Hasil perhitungan sebagaimana yang terlihat pada tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien jalur kelincahan (X_1) terhadap motivasi berolahraga (X_3) (ρ_{32})= 0,358 dengan $t_{hitung} = 2,206$. Karena $t_{hitung} = 2,206$ dan $t_{tabel} = 1,697$ pada $\alpha=0,05$ maka $t_{hitung} > t_{tabel}$, $2,490 > 1,697$ maka H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh langsung kelincahan (X_2) terhadap motivasi berolahraga (X_3).

3) Keseimbangan (X_1) Berpengaruh Langsung Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola voli (X_4) Pada Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak.

Hipotesis ini secara statistik dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$H_0 : \rho_{41} = 0$$

$$H_1 : \rho_{41} > 0$$

Hasil perhitungan koefisien jalur dan t_{hitung} , untuk menguji hipotesis di atas disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 8. Pengujian Hipotesis Keseimbangan (X_1) Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli (X_4) Pada Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak.

Jumlah (n)	Koefisien jalur (ρ_{41})	t_{hitung}	t_{table}		Keterangan
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
32	0,305	2,176	1,697	2,457	Signifikan

Keterangan: Koefisien jalur sangat signifikan, t_{hit} (2,176) > t_{tab} pada $\alpha=0,05$; $dk(32)=$ (1,697)

Hasil perhitungan sebagaimana yang terlihat pada tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien jalur keseimbangan (X_1) terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan (X_4) (ρ_{41})= 0,305 dengan $t_{hitung} = 2,176$. Karena $t_{hitung} = 2,176$ dan $t_{tabel} = 1,697$ pada $\alpha=0,05$ maka $t_{hitung} > t_{tabel}$, $2,176 > 1,697$ maka H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh langsung keseimbangan (X_1)

4) Kelincahan (X_2) Berpengaruh Langsung Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli (X_4) Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak.

Hipotesis ini secara statistik dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$H_0 : \rho_{42} = 0$$

$$H_1 : \rho_{42} > 0$$

Hasil perhitungan koefisien jalur dan t_{hitung} , untuk menguji hipotesis di atas disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 9. Pengujian Hipotesis Kelincahan (X_2) Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli (X_4) Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak.

Jumlah (n)	Koefisien jalur (ρ_{42})	t_{hitung}	t_{table}		Keterangan
			$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,01$	
32	0,339	2,747	1,697	2,457	Signifikan

Keterangan: Koefisien jalur sangat signifikan, t_{hit} (2,747) > t_{tab} pada $\alpha=0,05$; $dk(32)=$ (1,697)

Hasil perhitungan sebagaimana yang terlihat pada tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien jalur kelincahan

(X₂) terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan (X₄) (ρ₄₂) = 0,359 dengan t_{hitung} = 2,747. Karena t_{hitung} = 2,747 dan t_{tabel} = 1,697 pada α = 0,05 maka t_{hitung} > t_{tabel}, 2,747 > 1,697 maka H₀ ditolak yang berarti terdapat pengaruh langsung kelincahan (X₂) terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan (X₄)

Keterampilan Passing Atas Bola Voli (X₄) Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak.

Hipotesis ini secara statistik dapat dirumuskan sebagai berikut:

H₀ : ρ₄₃ = 0

H₁ : ρ₄₃ > 0

Hasil perhitungan koefisien jalur dan t_{hitung}, untuk menguji hipotesis di atas

5) Motivasi berolahraga (X₃) Berpengaruh Langsung Terhadap

disajikan dalam tabel berikut:

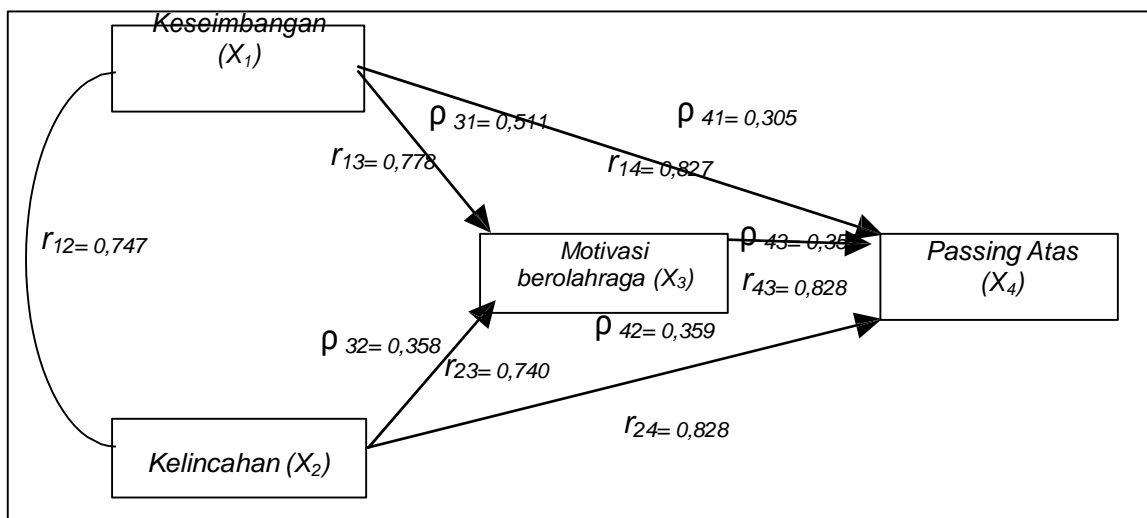
Tabel 10. Pengujian Hipotesis Motivasi Berolahraga (X₃) Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli (X₄) Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak.

Jumlah (n)	Koefisien jalur (ρ ₄₂)	t _{hitung}	t _{table}		Keterangan
			α = 0,05	α = 0,01	
32	0,325	2,347	1,697	2,457	Signifikan

Keterangan: * = Koefisien jalur sangat signifikan, t_{hitung} = 2,347 > t_{tabel} = 1,697 pada α = 0,05; dk(30) = (30 - 1) = 29. Karena t_{hitung} = 2,347 > t_{tabel} = 1,697 pada α = 0,05 maka H₀ ditolak yang berarti terdapat pengaruh langsung rasa motivasi berolahraga (X₃) terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan (X₄).

Hasil perhitungan sebagaimana yang terlihat pada tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien jalur rasa motivasi berolahraga (X₃) terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri 1

berarti terdapat pengaruh langsung rasa motivasi berolahraga (X₃) terhadap keterampilan passing atas Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan (X₄).



Gambar 2. Hubungan Kausal: X₁, X₂, X₃ terhadap X₄

Tabel 11. Rekapitulasi Hasil Pengujian Hipotesis

No	Hipotesis	Uji Statistik	Keputusan H ₀	Kesimpulan
1.	Keseimbangan (X ₁) Berpengaruh Langsung Terhadap Motivasi berolahraga X ₃)	H ₀ : ρ ₃₁ = 0 H ₁ : ρ ₃₁ > 0	H ₀ ditolak	Berpengaruh Langsung
2.	Kelincahan (X ₂) Berpengaruh Langsung Terhadap Motivasi berolahraga X ₃)	H ₀ : ρ ₃₂ = 0 H ₁ : ρ ₃₂ > 0	H ₀ ditolak	Berpengaruh Langsung
3.	Keseimbangan (X ₁) Berpengaruh Langsung Terhadap keterampilan passing atas bola voli(X ₄)	H ₀ : ρ ₄₁ = 0 H ₁ : ρ ₄₁ > 0	H ₀ ditolak	Berpengaruh Langsung
4.	Kelincahan (X ₂) Berpengaruh Langsung Terhadap keterampilan passing atas bola voli(X ₄)	H ₀ : ρ ₄₂ = 0 H ₁ : ρ ₄₂ > 0	H ₀ ditolak	Berpengaruh Langsung
5.	Motivasi berolahraga (X ₃) Berpengaruh Langsung Terhadap keterampilan passing atas bola voli(X ₄)	H ₀ : ρ ₄₃ = 0 H ₁ : ρ ₄₃ > 0	H ₀ ditolak	Berpengaruh Langsung

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Langsung Dan Tidak Langsung Antar Variabel Eksogen Terhadap Variabel Endogen Sub Struktur 1

Seperti yang dikemukakan sebelumnya, pada sub struktur 1 terdapat dua variabel eksogen yaitu: keseimbangan (X₁) dan kelincahan (X₂) serta satu variabel endogen yaitu motivasi berolahraga (X₃). Berdasarkan hasil

perhitungan dan pengujian koefisien jalur dapat diinterpretasikan besar pengaruh langsung dan tidak langsung masing-masing variabel keseimbangan (X₁) dan kelincahan (X₂) serta motivasi berolahraga (X₃). Ringkasan persentase besar pengaruh langsung dan tidak langsung variabel eksogen terhadap variabel endogen sub struktur 1 dapat ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 12. Persentase Pengaruh Variabel Pada Sub Struktur 1

Variabel	Pengaruh langsung terhadap (X ₃)	Pengaruh tidak langsung melalui		Pengaruh Total
		X ₁	X ₂	
Keseimbangan (X ₁)	26,11%	-	13,67%	39,78%
Kelincahan (X ₂)	12,82%	13,67%	-	26,48%

1) Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung Keseimbangan Terhadap Motivasi berolahraga
 Hasil pengujian hipotesis, menunjukkan bahwa keseimbangan berpengaruh langsung dan tidak langsung terhadap motivasi berolahraga Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak. Keseimbangan berpengaruh langsung terhadap motivasi berolahraga sebesar 0,511 x 0,511 x 100% = 26,11%. Keseimbangan berpengaruh tidak

langsung melalui kelincahan (X₂) sebesar 0,540 x 0,747 x 0,358 x 100% = 13,67%. Dengan demikian total pengaruh keseimbangan terhadap motivasi berolahraga (X₃) sebesar 39,78%. Hasil pengujian lebih lanjut dengan uji-t menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 3,145 lebih besar dari t_{tabel} yang nilainya sebesar 1,697. Hasil uji-t ini mempertegas bahwa keseimbangan berpengaruh langsung terhadap motivasi berolahraga terbukti.

2) Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung Kelincahan Terhadap Motivasi berolahraga

Hasil pengujian hipotesis, menunjukkan bahwa kelincahan berpengaruh langsung dan tidak langsung terhadap motivasi berolahraga Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak. Kelincahan (X_2) berpengaruh langsung terhadap motivasi berolahraga sebesar $0,358 \times 0,358 \times 100\% = 12,82\%$. Kelincahan berpengaruh tidak langsung melalui keseimbangan (X_1) sebesar $0,358 \times 0,747 \times 0,511 \times 100\% = 13,67\%$. Dengan demikian total pengaruh kelincahan terhadap motivasi berolahraga (X_3) sebesar 26,48%. Hasil pengujian lebih lanjut dengan uji-t menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 2,206 lebih besar dari t_{tabel} yang nilainya sebesar 1,697. Hasil uji-t ini mempertegas bahwa kelincahan berpengaruh langsung terhadap motivasi berolahraga terbukti.

2. Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung Antar Variabel Eksogen Terhadap Variabel Endogen Sub Struktur 2

Seperti yang dikemukakan sebelumnya, pada sub struktur 2 terdapat tiga variabel eksogen yaitu: keseimbangan (X_1), kelincahan (X_2) dan motivasi berolahraga (X_3) serta satu variabel endogen yaitu keterampilan passing atas bola voli (X_4). Berdasarkan hasil perhitungan dan pengujian koefisien jalur dapat diinterpretasikan besar pengaruh langsung dan tidak langsung masing-masing variabel keseimbangan (X_1), kelincahan (X_2) dan motivasi berolahraga (X_3) serta keterampilan passing atas bola voli (X_4). Ringkasan persentase besar pengaruh langsung dan tidak langsung variabel eksogen terhadap variabel endogen sub struktur 1 dapat ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 13. Persentase Pengaruh Variabel Pada Sub Struktur 2

Variabel	Pengaruh langsung terhadap (X_4)	Pengaruh tidak langsung			Pengaruh Total
		X_1	X_2	X_3	
Keseimbangan (X_1)	9,30 %	-	2,65%	5,07%	17,02%
Kelincahan (X_2)	12,89 %	4,45%	-	4,18%	21,52%
Motivasi berolahraga (X_3)	10,56 %	-	-	-	10,56%

1) Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung Keseimbangan Terhadap Keterampilan Passing atas bola voli (X_4)

Hasil pengujian hipotesis, menunjukkan bahwa keseimbangan berpengaruh langsung dan tidak langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli. Keseimbangan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli sebesar $0,305 \times 0,305 \times 100\% = 9,30\%$. Keseimbangan

berpengaruh tidak langsung melalui kelincahan (X_2) sebesar $0,305 \times 0,747 \times 0,358 \times 0,325 \times 100\% = 2,65\%$ dan berpengaruh tidak langsung melalui motivasi berolahraga (X_3) sebesar $0,305 \times 0,511 \times 0,325 \times 100\% = 5,07\%$. Total pengaruh keseimbangan terhadap keterampilan passing atas bola voli (X_4) sebesar 17,02%. Hasil pengujian lebih lanjut dengan uji-t menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 2,176 lebih besar dari t_{tabel} yang nilainya sebesar 1,697. Hasil uji-t ini

mempertegas bahwa keseimbangan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli (X_4).

2) Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung Kelincahan Terhadap Keterampilan passing atas bola voli (X_4)

Hasil pengujian hipotesis, menunjukkan bahwa kelincahan berpengaruh langsung dan tidak langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli. Kelincahan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli sebesar $0,359 \times 0,359 \times 100\% = 12,89\%$. Kelincahan berpengaruh tidak langsung melalui keseimbangan (X_1) sebesar $0,359 \times 0,747 \times 0,511 \times 0,325 \times 100\% = 4,45\%$ dan berpengaruh tidak langsung melalui motivasi berolahraga (X_3) sebesar $0,359 \times 0,358 \times 0,325 \times 100\% = 4,18\%$. Dengan demikian total pengaruh kelincahan terhadap keterampilan passing atas bola voli (X_4) sebesar 21,52%. Hasil pengujian lebih lanjut dengan uji-t menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 2,747 lebih besar dari t_{tabel} yang nilainya sebesar 1,697. Hasil uji-t ini mempertegas bahwa kelincahan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli (X_4) terbukti.

3) Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung Motivasi berolahraga Terhadap keterampilan passing atas bola voli (X_4)

Hasil pengujian hipotesis, menunjukkan bahwa motivasi berolahraga berpengaruh langsung dan tidak langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli. Motivasi berolahraga berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli sebesar $0,325 \times 0,325 \times$

$100\% = 10,56\%$. Dengan demikian total pengaruh motivasi berolahraga terhadap keterampilan passing atas bola voli (X_4) sebesar 19,98%. Hasil pengujian lebih lanjut dengan uji-t menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 2,347 lebih besar dari t_{tabel} yang nilainya sebesar 1,697. Hasil uji-t ini mempertegas bahwa motivasi berolahraga berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli (X_4) terbukti

KESIMPULAN

Dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa; 1) Keseimbangan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak sebesar 9,30%. 2) Keseimbangan berpengaruh langsung terhadap rasa motivasi berolahraga Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak sebesar 26,11%. 3) Kelincahan berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak sebesar 12,89%. 4) Kelincahan berpengaruh langsung terhadap rasa motivasi berolahraga Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak sebesar 12,82%. 5) Rasa motivasi berolahraga berpengaruh langsung terhadap keterampilan passing atas bola voli Siswa SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak sebesar 10,56%.

Sehingga dalam implementasi hasil temuan dalam penelitian ini dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut; 1) Dalam upaya melakukan keterampilan passing atas bola voli hendaknya memberikan latihan keseimbangan yang maksimal agar dapat menghasilkan

gerakan yang seimbang ketika melakukan passing atas bola voli. 2) Dalam upaya meningkatkan keterampilan passing atas bola voli perlu dilatih kelincahan yang baik agar pergerakan dalam melakukan passing atas bola voli lebih baik. 3) Rasa motivasi berolahraga merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi keterampilan passing atas bola voli. Oleh sebab itu, rasa motivasi berolahraga perlu mendapat perhatian, sebab dengan rasa motivasi berolahraga yang baik akan mendorong siswa untuk lebih meningkatkan keterampilan passing atas bola voli. 4) Dalam upaya meningkatkan rasa motivasi berolahraga hendaknya faktor keseimbangan perlu ditingkatkan. 5) Dalam upaya meningkatkan rasa motivasi berolahraga hendaknya faktor kelincahan perlu ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anto Irianto, *Born To Win, Kunci Sukses Yang Tak Pernah Gagal* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005.
- Beutelshthal, Dieter *Belajar Bermain Bolavoli* Bandung: Power, 2008.
- Don R. Kirkendall, *Pengukuran dan Evaluasi untuk Guru Pendidikan Jasmani*, alih Bahasa oleh M.E Winarno dkk, Jakarta: PPS. UNJ, 2007.
- Hari Amirullah, *Alat Evaluasi Keterampilan Bermain Bola Basket*, Jakarta: Jurnal Nasional Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan. Depdiknas, 2006.
- Ngalim Purwanto *.Psikologi Pendidikan*. Bandung: Rosda., 2007.
- Nuril Ahmadi. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama, 2007.
- Johansyah Lubis, *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan* Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2013
- Russel R. Pate, Bruce Mc Clnaghan dan Robert Rotella, *Dasar-Dasar Ilmu Kepeleatihan*, terjemahan Kasiyo Dwijowinoto Semarang: IKIP Press, 2013.
- Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Olahraga Prestasi* Jakarta: PT.BPK Gunung Mulia, 2004.
- Soekarman, R., *Dasar Olahraga untuk Pembina, Pelatih dan Atlet* Idayu Press, Jakarta, 2007.
- Sri Widiastuti dan Nur Rohmah M., *Peningkatan Motivasi dan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Pembelajaran Sepakbola Melalui Kucing Tikus Pada Siswa kelas 4 SD Glagahombo* 2Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia FIK UNY 2010
- Sudibyo Setyobroto, *Mental Training* Jakarta: Percetakan Solo, 2001.
- Widiastuti, *Tes dan Pengukuran Olahraga*, Jakarta: PT Bumi Timur Jaya, 2011