

**HUBUNGAN *POWER* OTOT LENGAN TERHADAP
HASIL PUKULAN DALAM PERMAINAN BOLA
KASTI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI
LAMREUNG ACEH BESAR**

Skripsi

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh :

Sattria Abi Mayu

21104071



UBBG

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2025**

PENGESAHAN TIM PENGUJI

HUBUNGAN POWER OTOT LENGAN TERHADAP HASIL PUKULAN DALAM PERMAINAN BOLA KASTI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI LAMREUNG ACEH BESAR

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 22 Agustus 2025

Tanda Tangan

Pembimbing I : **Salbani, S.Pd., M.Pd**
NIDN.1317038401

Pembimbing II : **Zulheri Is, M.Pd**
NIDN.1302108903

Penguji I : **Ahmad Nasriadi, M.Pd**
NIDN.1323118701

Penguji II : **Irwandi, S.Pd., M.Pd. AIFO.**
NIDN.0126068005



Menyetujui
Ketua Prodi Program Studi Pendidikan Jasmani



Irwandi, S.Pd., M.Pd. AIFO
NIDN.012606805

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Dr. Syarfuni, M.Pd
NIDN.0128068203

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN *POWER* OTOT LENGAN TERHADAP HASIL PUKULAN DALAM PERMAINAN BOLA KASTI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI LAMREUNG ACEH BESAR

Skripsi ini telah di setujui untuk di pertahankan di hadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 2 Juli 2025

Pembimbing 1



Salbani, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1317038401

Pembimbing II



Zulheri Is, M.Pd
NIDN. 1302108903

Menyetujui
Ketua Program studi Pendidikan jasmani



Irwandi, S.Pd, M.Pd.AIFO
NIDN.0126068005

Mengetahui
Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Dr. Svarfuni, M.Pd
NIDN.0128068203

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini, menerangkan bahwa :

NAMA : Satria Abi Mayu

NIM 21104071

PRODI : Pendidikan Jasmani

JUDUL : Hubungan Power Otot Lengan Terhadap Hasil Pukulan Dalam Permainan Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Lamreung Aceh Besar

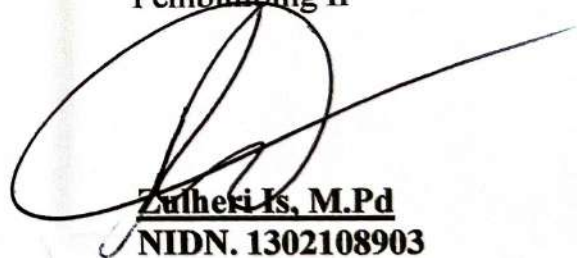
Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi program sarjana.

Pembimbing I,



Salbani, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1317038401

Banda Aceh, 30 Juni 2025
Pembimbing II



Zulheti Is, M.Pd
NIDN. 1302108903

Mengetahui,
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani



Irwandi, S.Pd, M.Pd, AIFO
NIDN. 0126068005

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya berdentitas di bawah ini


Nama : Satria Abi Mayu
NIM : 21104071
Program Studi : Pendidikan Jasmani

Menyatakan bahwa hasil penelitian atau skripsi ini benar benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya. pendapatan atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini di kutip atau di rujuk berdasarkan kode etik ilmiah. apabila skripsi ini terbukti plagiasi atau jiplakan, saya siap menerima sanksi akademis dari Program Studi atau Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena.

Banda Aceh, 2 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,




Satria Abi Mayu
NIM.21104071

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt. Yang telah memberikan limpahan rahmat dan hidayah-nya kepada penulis sehingga telah dapat menyelesaikan sebuah karya ilmiah berupa skripsi. Salawat beriling salam penulis sanjungkan kepangkauan Nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa manusia dari alam jahiliah ke alam berimu pengetahuan seperti yang kita sekarang ini. Adapun judul skripsi ini adalah. **“Hubungan *Power* Otot Lengan Terhadap Hasil Pukulan Dalam Permainan Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Lamreung Aceh Besar”**.

Skripsi ini di susun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Sarjana (SI) Pendidikan pada Progran Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena. Shalawat dan salam semoga selalu dihantarkan keharibaan junjungan alam Nabi Muhammad Saw. Mudah-mudahan kita semua mendapatkan safaatnya di Yaumul akhir kelak, Amin.

Penulis tentu banyak mengalami hambatan sehingga tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak dalam menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Kepada Ayahanda tercinta, serta Ibunda (Almh.) yang selalu hidup dalam setiap doa dan kenangan, terima kasih atas cinta, doa, dan pengorbanan yang tiada ternilai. Kalian adalah sosok yang tak akan pernah tergantikan, sumber semangat dan kekuatan yang luar biasa, yang telah mengiringi setiap langkah penulis hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Dr. Lili Kasmini, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena, yang telah memberikan kesempatan mengikuti studi di UBBG.
3. Dr. Syarfuni, M.Pd., selaku Dekan FKIP UBBG beserta seluruh staf pengajar dan karyawan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan fasilitas selama penulis mengikuti studi di FKIP UBBG.
4. Irwandi, S.Pd., M.Pd., AIFO selaku ketua program studi Pendidikan Jasmani FKIP UBBG yang telah membantu kelancaran administrasi pengajuan dan penulisan skripsi ini.
5. Salbani, S.Pd., M.Pd selaku pembimbing I dalam penulisan skripsi ini yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan sejak permulaan sampai dengan selesainya skripsi ini.
6. Zulheri Is, M.Pd selaku pembimbing II dalam penulisan skripsi ini yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini
7. Bapak dan Ibu dosen Prodi Pendidikan Jasmani FKIP UBBG yang telah banyak memberi ilmu kepada penulis selama menempuh pendidikan.

8. Terimakasih Juga Kepada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena angkatan 2021 sebagai teman berbagi rasa dalam suka, duka, dan segala bantuan semoga tali persahabatan kita utuh selamanya meski nanti kita tidak dapat bersama lagi, terimakasih atas kerja sama sejak mengikuti studi sampai penyelesaian skripsi ini.
9. Terimakasih juga kepada kawan-kawan dan siswa-siswa yang telah membantu saya membuat penelitian karya ilmiah saya ini sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya ini.

Penulis menyadari akan segala keterbatasan dan kekurangan dari semua penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak masih dapat diterima dengan senang hati. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan mamfaat dan kontribusi bagi pengembang pengetahuan.

Banda Aceh, 26 Juni 2025
Penyusun.

Sattia Abi Mayu

ABSTRAK

Sattria Abi Mayu. 2025. Hubungan Power Otot Lengan terhadap Hasil Pukulan Dalam Permainan Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Lamreung Aceh Besar. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Universitas Bina Bangsa Getsempena. Pembimbing I. Salbani, S.Pd., M.Pd., Pembimbing II. Zulheri Is, M.Pd.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah hubungan power otot lengan berpengaruh terhadap hasil pukulan dalam permainan bola kasti pada siswa kelas V SD Negeri Lamreung Aceh Besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan Power otot lengan terhadap hasil pukulan dalam permainan bola kasti pada siswa kelas V SD Negeri Lamreung Aceh Besar. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis korelasional (*correlational studies*). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri Lamreung Aceh Besar yang berjumlah 61 siswa. Adapun teknik pengambilan sampel yaitu *pusposive sampling*, maka yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah sebagian siswa kelas V di SD Negeri Lamreung Aceh Besar yang berjumlah 31 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan tes Power otot lengan (*push up*) dan Memukul bola kasti. Teknik analisis data yang digunakan dengan menghitung nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi (SD), koefisien kolerasi dan uji signifikan. Hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara power otot lengan terhadap Hasil pukulan dalam permainan bola kasti pada Siswa Kelas V SD Negeri Lamreung Aceh Besar. Hasil analisis diperoleh nilai t_{hitung} dari kekuatan otot lengan terhadap Hasil Pukulan bola kasti sebesar 5,18, sedangkan t_{tabel} dengan derajat kebebasan $31-2$ ($dk = 29$) pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ adalah sebesar 1,69. Hal ini berarti nilai t_{hitung} lebih besar dari nilai t_{tabel} atau $5,18 \geq 1,69$. Dengan demikian hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima yaitu: "Terdapat hubungan yang signifikan antara power otot lengan terhadap hasil pukulan dalam permainan bola kasti pada siswa V SD Negeri Lamreung Aceh Besar".

Kata Kunci: Hubungan, Power Otot Lengan, Memukul Bola Kasti

ABSTRACT

Sattria Abi Mayu. 2025. The Relationship of Arm Muscle Power to Hit Results in Kasti Ball Games in Grade V Students of SD Negeri Lamreung Aceh Besar. Thesis. Physical Education Study Program. Bina Bangsa University of Gethsemane. Supervisor I. Salbani, S.Pd., M.Pd., Supervisor II. Zulheri Is, M.Pd.

The formulation of the problem in this study is: Does the relationship of arm muscle power affect the results of punches in the game of kasti ball in grade V students of SD Negeri Lamreung Aceh Besar. This study aims to find out how much the power of the arm muscles is related to the results of punches in the game of kasti ball in grade V students of SD Negeri Lamreung Aceh Besar. The method used in this study is quantitative with correlational studies. The population in this study is all grade V students of SD Negeri Lamreung Aceh Besar which totals 61 students. As for the sampling technique, namely purposive sampling, the sample in this study is some of the class V students at SD Negeri Lamreung Aceh Besar which totals 31 students. The data collection techniques used were the arm muscle power test (push up) and hitting the castet ball. The data analysis technique used was calculated by calculating the mean value (mean), standard deviation (SD), correlation coefficient and significant test. The results of the study found that there was a significant relationship between arm muscle power and the results of punches in the game of kasti ball in Grade V students of SD Negeri Lamreung Aceh Besar. The results of the analysis obtained a t-calculated value of arm muscle strength to the result of the blow of the ball of the caste ball of 5.18, while the t-table with a degree of freedom of 31-2 ($dk = 29$) at the level of significance $\alpha = 0.05$ was 1.69. This means that the t-calculated value is greater than the t-table value or $5.18 \geq 1.69$. Thus the null hypothesis (H_0) is rejected and the alternative hypothesis (H_a) is accepted, namely: "There is a significant relationship between arm muscle power and the results of strokes in the game of kasti ball in V students of SD Negeri Lamreung Aceh Besar".

Keywords: *Relationship, Power Arm Muscles, Hitting Ball Kasti*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Rumusan Masalah	4
1.5 Tujuan Penelitian	4
1.6 Manfaat Penelitian	4
1.7 Hipotesis Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
2.1 Permainan Bola Kasti	6
2.1.1 Pengertian Bola Kasti	6
2.1.2 Lapangan Dan Peralatan Kasti	7
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Permainan Kasti	8
2.2 Kemampuan Memukul	17
2.2.1 Langkah-Langkah Memukul Bola Kasti	17
2.2.2 Jenis Jenis Memukul Bola	18
2.3 Kekuatan Otot Lengan	21
2.4 Penelitian Yang Relevan	24
2.5 Kerangka Berpikir	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Pendekatan Penelitian	28
3.2 Populasi dan Sampel	28
3.2.1 Populasi	28
3.2.2 Sampel	29

3.3 Variabel Penelitian.....	29
3.4 Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	30
3.4.1 Teknik dan Intrument Pengumpulan Data.....	30
3.4.2 Alat Pengumpulan Data.....	32
3.5 Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	37
4.1 Hasil Penelitian.....	37
4.1.1 Perhitungan Nilai Rata-Rata.....	38
4.1.2 Perhitungan Nilai Standar Deviasi.....	39
4.1.3 Perhitungan Nilai Korelasi.....	42
4.1.4 Pengujian Hipotesis.....	43
4.2 Pembahasan Penelitian.....	44
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	47
5.1 Simpulan.....	47
5.2 Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Lapangan Permainan Kasti.....	7
Gambar 2.2 Teknik Melempar Bola.....	11
Gambar 2.3 Menangkap Bola	12
Gambar 2.4 Alat Pemukul Kasti.....	13
Gambar2.5 Teknik Memukul Bola.....	14
Gambar 2.6 Kerangka Berpikir	27
Gambar 3.1 Gerakan Push Up.....	31
Gambar 3.2 Tes Memukul Bola	33

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3.1	Kategori Penskoran Tes Kekuatan Otot Lengan (Usia 10 s/d 12 Tahun).....	31
Tabel 4.1	Hasil Tes Power Otot Lengan (X) dan Hasil Pukulan Permainan Bola Kasti (Y).....	37
Tabel 4.2	Tabel 4.2 Hasil Perkalian Nilai Power Otot Lengan (X) Terhadap Hasil Pukulan Permainan Bola Kasti (Y).....	39
Tabel 4.3	Untuk Melihat Hubungan Variabel X dan Y	43