

ABSTRAK

SEPTI ASNAULI SITUMORANG, NIM 06103321118 Perbedaan Pengaruh Latihan Tip Sasaran Dengan Latihan *Spike* Ke Arah Sudut Terhadap Peningkatan Hasil *Smash* Dalam Permainan Bola Voli Pada siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Medan Tahun 2015/2016. (Pembimbing Skripsi : NONO HARDINOTO). Skripsi Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED. 2015.

Penguasaan teknik dasar termasuk hal yang paling penting dalam permainan bola voli, karena permainan ini termasuk permainan yang cepat, maka teknik menyerang sangat dominan dilakukan untuk memperoleh angka dan akhirnya mendapatkan sebuah kemenangan. *Smash* adalah aksi memukul bola di udara dengan kekuatan besar.

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan informasi tentang perbedaan pengaruh latihan Tip sasaran dengan latihan *spike* ke arah sudut terhadap peningkatan hasil smash dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Medan Tahun 2015/2016 .

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan jumlah populasi yaitu 18 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive random sampling* (sampel pertimbangan) yang artinya: mengambil sebagian subjek populasi dengan pertimbangan sehingga diperoleh sampel sebanyak 16 orang. Selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan teknik *matching pairing* yaitu kelompok A (latihan Tip Sasaran) dan kelompok B (latihan *spike* ke arah sudut) berdasarkan hasil *pre-test* yang telah diranking. Penelitian ini dilaksanakan selama 6 minggu, dengan frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu.

Analisis hipotesis I, dari data *pre-test* dan data *post-test* hasil *smash* bola voli kelompok latihan Tip Sasaran diperoleh t_{hitung} sebesar 5,31 $\alpha = 0.05$ dengan dk $(n-1) = 7$ diperoleh harga $t_{tabel} (0.05) = 2,36$ $t_{hitung} > t_{tabel} (5,31 > 2,36)$. berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dalam penelitian ini menyimpulkan bahwa latihan Tip Sasaran secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan hasil *smash* dalam permainan bola voli pada siswa ekstarkurikuler SMA Negeri 3 Medan tahun 2015/2016.

Analisis hipotesis II, dari data *pre-test* dan data *post-test* hasil *smash* bola voli kelompok latihan Tip Sasaran diperoleh t_{hitung} sebesar 2,99 $\alpha = 0.05$ dengan dk $(n-1) = 7$ diperoleh harga $t_{tabel} (0.05) = 2,36$ $t_{hitung} > t_{tabel} (2,99 > 2,36)$. Berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dalam penelitian ini menyimpulkan bahwa latihan *spike* ke arah sudut secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan hasil *smash* dalam permainan bola voli pada siswa ekstarkurikuler SMA Negeri 3 Medan tahun 2015/2016.

Analisis hipotesis III, dengan menggunakan uji statistik dua pihak, diperoleh $t_{hitung} = 3,09$. t_{tabel} taraf nyata $\alpha = 0.05 = 2,145$ dengan dk $(n_1 + n_2 - 2 = 14)$ dan $\alpha = 0,05$ diperoleh $t_{tabel} (0,05) = 2,145$. $t_{hitung} < t_{tabel} (3,09 < 2,145)$ berarti H_0 ditolak

dan H_a diterima. Maka dalam penelitian ini menyimpulkan bahwa Latihan Tip Sasaran lebih besar pengaruhnya dari pada latihan *Spike* ke arah sudut terhadap peningkatan kemampuan *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Medan tahun 2015/2016.

