

ABSTRAK

MUHAMMAD GUSTINANDA, NIM 6133121052. Pengaruh Variasi Latihan *Control*, Umpan Dan *Smash* Kedeng Terhadap Hasil *Smash* Kedeng Atlet STC Simpati Tahun 2018.

(PEMBIMBING SKRIPSI:RAHMA DEWI) SKRIPSI : FIK UNIMED 2018.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti pada tanggal 15 April 2017, bahwa pada saat *games* dilapangan sering terjadi kesalahan – kesalahan dalam melakukan *control*, umpan dan *smash* kedeng dan masih kurangnya bentuk dan variasi latihan *control*, umpan dan *smash* kedeng yang diberikan pelatih. Dari fakta diatas, ternyata para pemain belum sepenuhnya menguasai teknik melakukan *control*, umpan dan *smash* kedeng secara baik dan benar. Untuk mempertegas dugaan tersebut, peneliti melakukan tes pendahuluan berupa tes kemampuan *control*, umpan dan *smash* kedeng terhadap hasil *smash* kedeng pemain STC Simpati.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *control*, umpan dan *smash* kedeng atlet STC simpati tahun 2018.

Metode yang digunakan metode eksperimen, pelaksanaan latihan yaitu dengan latihan *control*, umpan dan *smash* kedeng. Populasi adalah klub STC Simpati berjumlah 10 orang. Jumlah sampel 8 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling* (sampel bersyarat). Semua sampel melakukan latihan *control*, umpan dan *smash* kedeng. Instrumen penelitian dengan tes dan pengukuran yaitu tes *smash* kedeng. Penelitian dilaksanakan selama 3 (tiga) minggu dengan frekuensi latihan 6 (enam) kali dalam seminggu dengan 18 kali pertemuan.

Kesimpulan dari penelitian ini ialah : terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *control*, umpan dan *smash* kedeng terhadap hasil *smash* kedeng pada atlet STC Simpati tahun 2018 dengan $t_{hitung} = 4,16 > t_{tabel} = 2,36$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

