

## ABSTRAK

**PETRUS RIKO HALOMOAN NAPITUPULU. (NIM 6163121036)**  
**“Pengaruh Variasi Latihan *Volley Drill* Terhadap Kemampuan *Volley* Pada**  
**Komunitas Tenis Unimed Tahun 2021”.**

**(Pembimbing : David Siahaan)**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2022**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *volley drill* terhadap kemampuan *volley* pada komunitas tenis lapangan UNIMED dengan terdapat beberapa bentuk variasi latihan *volley drill* yang dimana variasi latihan tersebut dirancang untuk meningkatkan hasil pukulan *volley* pada tenis lapangan. Penelitian ini dilakukan di komunitas tenis lapangan unimed yang berlokasi di Jalan Williem Iskandar Pasar V No. 1589 (lapangan *Tennis FIK UNIMED*). Pengambilan data dimulai dari tanggal 03 November – 16 Desember 2021, dengan jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 13 orang. Metode penelitian ini adalah Eksperimen dengan melakukan tes awal (*pre test*) yaitu *volley*, kemudian sampel diberikan perlakuan berupa variasi latihan *volley drill* dengan program latihan yang telah disusun. Kemudian setelah kurang lebih empat minggu menjalani latihan terprogram, sampel melakukan tes akhir (*post test*). Analisis hipotesis yaitu, pengaruh variasi latihan *volley drill* terhadap kemampuan *volley* komunitas tenis lapangan UNIMED tahun 2021, pada *volley* diperoleh  $t_{hitung} 7$  dan  $t_{tabel} 2,17$  pada taraf nyata  $\alpha = 0,05$  maka  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Berdasarkan kriteria pengujian hipotesis yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, Berdasarkan kriteria pengujian hipotesis yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima maka dalam penelitian ini menyatakan bahwa “terdapat pengaruh variasi latihan *volley drill* terhadap peningkatan hasil pukulan *volley* di komunitas tenis lapangan UNIMED tahun 2021”.

**Kata kunci :** *volley, forehand, backhand, drill*, dan tenis lapangan.

## ABSTRACT

**PETRUS RIKO HALOMOAN NAPITUPULU. (NIM 6163121036) “Exercise Variations *Volley Drill Ability Volleyball* in the Unimed Tennis Community year 2021”.(Supervisor : David Siahaan) Thesis : Faculty of Sport Science UNIMED 2022**

This study aims to determine the effect of variations in volley drill exercises *volley* in *skills* tennis community on the *UNIMED*. This research was conducted in the unimed tennis community located at Jalan Williem Iskandar Pasar V No. 1589 ( *Tennis* FIK UNIMED) Data collection starts from November 03 to December 16, 2021, with the number of samples in this study amounting to 13 people. This research method is an experiment by conducting an initial test (*pre-test*), namely *volleyball*, then the sample is treated in the form of a variation of *volley drill* exercises with an exercise program that has been prepared. Then after approximately four weeks of programmed exercise, the sample took a final test (*post test*). Analysis of the hypothesis, namely, the effect of variations in *volley drill* on the *volleyball* community's ability in the UNIMED tennis community in 2021, in *volleyball* is obtained  $t_{count} 7$  and  $t_{table} 2,17$  at the real level = 0.05 then  $t_{count} > t_{table}$ . Based on the hypothesis testing criteria, namely  $H_0$  is  $is_{rejected}$  and  $H_{a_{is}}$  accepted, Based on the hypothesis testing criteria,  $H_0$  is  $is_{rejected}$  and  $H_{a_{is}}$  accepted so in this study it is stated that "there is an effect of variations in *volley drill* on increasing *volleyball* in the UNIMED tennis community in 2021".

**Keywords:** *volleyball, forehand, backhand, drill, and court tennis.*

