

ABSTRAK

ANDI SYAHPUTRA. Perbedaan Pengaruh Latihan Bola Digantung dan Latihan Bola Diumpan Terhadap Hasil *Smash* Kedeng Pada Atlet PSTI Tunas Mandiri Pantai Cermin, Tahun 2014.

Dosen Pembimbing : (BAKTI SITEPU). SKRIPSI : FIK UNIMED 2014.

Kemampuan teknik dalam permainan sepak takraw sangat perlu. Salah satu adalah *smash* kedeng adalah teknik yang paling sering di gunakan untuk menyerang dalam permainan sepak takraw. Untuk melakukan *smash* kedeng yang baik di butuhkan teknik yang terlatih.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui latihan apakah yang lebih berpengaruh antara latihan bola digantung dan latihan bola diumpankan terhadap hasil *smash* kedeng sepak takraw pada atlet PSTI Tunas Mandiri Pantai Cermin tahun 2014. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *experiment*. Dengan pelaksanaan latihan yaitu bola digantung dan latihan bola diumpankan.

Populasi adalah Atlet PSTI Tunas Mandiri Pantai Cermin yang berjumlah 12 orang. Jumlah sampel 8 orang diperoleh dengan teknik *Purposive Sampling*. selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan teknik *Matching Pairing* yaitu kelompok latihan bola digantung dan kelompok bola diumpankan. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan *test* dan pengukuran adalah *test skor* yang dilapangan *test* untuk kemampuan *smash* kedeng penelitian dilaksanakan selama 18 x pertemuan dengan latihan 4 (lima) kali dalam seminggu. Untuk melihat pengaruh masing-masing variabel bebas maupun terikat digunakan perhitungan uji – t berpasangan dan uji – t tidak berpasangan .

Analisis hipotes I dari data *pre-test* dan data *post- test smash* kedeng kelompok latihan bola digantung diperoleh t_{hitung} sebesar 5,31 serta t_{tabel} 3,18 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan kesimpulan, latihan bola digantung secara signifikan berpengaruh terhadap hasil *smash* kedeng Atlet PSTI Tunas Mandiri Pantai Cermin tahun 2014.

Analisis hipotesis II dari data *pre-test* dan data *post- test smash* kedeng kelompok latihan bola diumpankan diperoleh t_{hitung} sebesar 3,19 serta t_{tabel} sebesar 3,18 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dengan H_a diterima. Jadi, latihan bola diumpankan secara signifikan berpengaruh terhadap hasil *smash* kedeng Atlet PSTI Tunas Mandiri Pantai Cermin tahun 2014.

Analisis hipotesis ketiga dari rata-rata dan simpangan baku diperoleh t_{hitung} sebesar -0,31 serta t_{tabel} 2,45 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} < t_{tabel}$) berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi, latihan bola digantung tidak lebih besar pengaruhnya daripada latihan bola diumpankan terhadap hasil *smash* kedeng Atlet PSTI Tunas Mandiri Pantai Cermin tahun 2014.