

## ABSTRAK

**ABDUL LATIF. NIM 6113121002. Kontribusi Latihan *Pullover Pass* Dan *Combination Bounding With Vertical Jump* Terhadap Hasil *Smash* Bola Voli Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016. (Pembimbing Skripsi: Dr. IMRAN AKHMAD, M.Pd)  
SKRIPSI : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2016.**

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan kontribusi latihan *pullover pass*, dan *Combination Bounding With Vertical Jump* terhadap hasil *smash* bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *eksperimen*, dalam penelitian ini menggunakan populasi sebanyak 17 orang dengan sampel berjumlah 15 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan *smash*, tes *power* otot lengan (*medicine ball*) dan tes *power* otot tungkai (*vertical-jump*). Perhitungan statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah; uji persyaratan Analisis, uji *Normalitas*, uji *Bartlett/Homogenitas* dan uji *Keberartian Regresi*.

Pengujian hipotesis pertama yaitu latihan *pullover pass* tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil *smash* bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016, Berdasarkan hasil perhitungan  $F_{hitung} = 1.85$  dan  $F_{tabel(0.05;9/4)} = 6.00$ , sehingga  $F_{hitung} < F_{tabel}$ . Pengujian hipotesis kedua yaitu, latihan *Combination Bounding With Vertical Jump* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil *smash* bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016, Berdasarkan hasil perhitungan  $F_{hitung} = 4.72$  dan  $F_{tabel(0.05;1/13)} = 4.67$ , sehingga  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dengan kontribusi sebesar 26,64 %. Pengujian hipotesis ketiga yaitu, latihan *Pullover Pass* dan latihan *Combination Bounding With Vertical Jump* memberikan kontribusi yang signifikan secara bersama-sama terhadap hasil *smash* bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016. Berdasarkan perhitungan  $F_{hitung} > F_{tabel} = H_0$  ditolak dengan kontribusi 49%.

Dari pengujian hipotesis dapat disimpulkan bahwa (1) latihan *pullover pass* tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil *smash* bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016 (2) latihan *Combination Bounding With Vertical Jump* memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil *smash* bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016 (3) latihan *pullover pass* dan latihan *Combination Bounding With Vertical Jump* secara bersama-sama dari kedua bentuk latihan terhadap hasil *smash* bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Kisaran Tahun 2016.