

## ABSTRAK

**NURI HARTATO, NIM : 6133321048 Pengembangan Variasi Latihan *Block* Kombinasi *Defence* Pada Bola Voli Tahun 2018 (Pembimbing Skripsi : ALBADI SINULINGGA), Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2018**

Penelitian ini adalah bertujuan untuk mengembangkan bentuk variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada bola voli tahun 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bola voli Gaperta Medan, Deli Serdang dan TVRI Medan tahun 2018. Bentuk yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 3 ahli, 1 pelatih bola voli, 1 ahli dibidang olahraga dan 1 ahli dibidang bahasa, dimana persentase validitasnya adalah 75%-94%. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/R&D*)

Hasil uji kelompok kecil melibatkan 20 orang atlet bola voli Gaperta dan Deli Serdang menunjukkan bahwa 8 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 82%-100%.

Hasil uji kelompok besar terhadap 45 orang atlet bola voli Gaperta Medan, Deli Serdang dan TVRI menunjukkan bahwa 8 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 90-100%. Dapat disimpulkan 8 model variasi latihan tersebut baik untuk meningkatkan kemampuan dan ketepatan *block* dan *defence* bola voli dan latihan menarik, karena hal tersebut sangat penting dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan buat para pelatih di klub bola voli di seluruh Indonesia.