

## ABSTACK

**Fierendo Situmorang. (NIM 6173121021). The Effect Of Variation On Top Serve Training On Top Serve Results In Volleyball Athletes At The Mudiha Club In 2021.(Mentor. Zulfan Heri)**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2022**

*Athletes at the Mudiha club in general have not mastered the top serve technique correctly, so they have difficulty in doing the top serve. So to improve the ability to serve the required variations of effective and efficient training. The purpose of this study was to determine the effect of variations in upper serve training on the results of upper serve on volleyball athletes at the Mudiha club in 2021. The location of this research was carried out at the volleyball field for the Mudiha club, Village Hariarapohan, Dist..Harian District. Samosir.This research is an experimental study with a top service test instrument. The research sample used in this study were athletes at the Mudiha volleyball club totaling 12 athletes. The data collection technique used a t-test calculation at a significant level of 0.05. From the data analysis carried out, it can be concluded that there is a significant effect through variations in upper serve exercises that can improve the results of upper serve on the Mudiha Club volleyball athletes in 2021. With hypothesis analysis from the pre-test and post-test data on the results of the upper serve, it is obtained that  $t_{count} = 9.43$  and with a  $t_{table}$  value of  $= 1.796$  with  $= 0.05$  which means  $t_{Count} > t_{Table}$  ( $9.43 > 1.796$ ) thus  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted*

**Key Point : The Effeck Of Exercise Variatiton,Top Service Result**



## ABSTRAK

**Fierendo Situmorang. (NIM 6173121021) “PENGARUH VARIASI LATIHAN SERVIS ATAS TERHADAP HASIL SERVIS ATAS PADA ATLET BOLA VOLI KLUB MUDIHA TAHUN 2021. (Pembimbing: Zulfan Heri)**

**Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2022.**

Atlet pada klub Mudiha pada umumnya belum menguasai teknik servis atas secara benar, sehingga mengalami kesulitan dalam melakukan servis atas. Maka untuk meningkatkan kemampuan servis atas dibutuhkan variasi latihan yang efektif dan efisien. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan servis atas terhadap hasil servis atas pada atlet bolavoli klub Mudiha Tahun 2021. Lokasi penelitian ini dilakukan di lapangan bola voli klub Mudiha Dusun II Desa Hariarapohan Kec. Harian Kab. Samosir. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan instrument tes servis atas. Sampel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet pada klub bolavoli Mudiha berjumlah 12 orang atlet. Teknik pengumpulan data menggunakan perhitungan uji-t pada taraf signifikan 0,05. Dari analisis data yang dilakukan dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan melalui variasi latihan servis atas dapat meningkatkan hasil servis atas pada atlet bolavoli Klub Mudiha Tahun 2021. Dengan analisis hipotesis dari data *pre-test* dan *post-test* hasil servis atas bahwa diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar =9,43 serta dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar =1,796 dengan  $\alpha = 0.05$  yang berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $9,43 > 1,796$ ) dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

**Kata Kunci: Pengaruh Variasi Latihan, Hasil Servis Atas**

