

## ABSTRACT

**Wisno Purba 6173321062 "The Effect of Spike Exercise Variations on Open Spike Results of Athletes 17-20 Years Old Pbv Sembada Vc Medan in 2022". Thesis Supervisor Drs. Muhammad Nustan Hasibuan, M. Kes Faculty of sports science, State University of Medan.**

The purpose of this study was "to determine whether or not there is an effect of variations in spike training on the results of volleyball spikes at the Sembada VC club in 2022". This research was carried out in the PBV Sembada VC field in Medan. Jalan Bunga Wijaya Kesuma, Padang Bulan Pasar III Medan. Data collection was carried out on November 11, 2021. The number of samples in this study amounted to 12 people. This study was carried out for 18 meetings. spike volleyball for athletes aged 17-20 years PBV Sembada VC Padang Bulan to athletes aged 17-20 PBV Sembada VC Medan in 2021". From the results of data analysis that has been carried out, it can be concluded that there is a significant effect through variations in spike training that can increase spike results in volleyball games at PBV Sembada Medan in 2021. Pre-Test results obtained  $Lo = 0.164$  at level  $= 0.05$  obtained  $Ltable = 0.242$ . Thus  $Lo = 0.164 < Ltable = 0.242$ , it means that  $H_0$  is accepted. The conclusion is that the data comes from a population that is normally distributed. Post-Test results obtained  $Lo = 0.092$ . at the level of  $= 0.05$  obtained  $Ltable = 0.242$ . Thus  $Lo = 0.092 < Ltable = 0.242$ , it means that  $H_0$  is accepted. The conclusion is that the data comes from a population that is normally distributed. The results of the calculations that have been carried out on the hypothesis are obtained  $t$ -count 7.10 and the distribution list table  $t$  with  $dk = n-1$  ( $12-1=11$ ) at the real level  $= 0.05 = 2.20$ . then  $t$ -count  $= 7.10 > t$ -table  $= 2.20$ . Based on the criteria for testing the hypothesis, namely  $H_0$  is rejected,  $H_a$  is accepted, then this study concludes that "there is an effect of variations in the effect of spike training on athletes aged 17-20 PBV Sembada VC Medan in 2021".

**Keywords:** Influence, Exercise Variations, Spike



## ABSTRAK

**Wisno Purba 6173321062 “Pengaruh Variasi Latihan Spike Terhadap Hasil Open Spike Atlet Usia 17-20 Tahun Pbv Sembada Vc Medan Tahun 2022”. Pembimbing Skripsi Drs. Muhammad Nustan Hasibuan, M. Kes Fakultas ilmu keolahragaan Universitas Negeri Medan.**

Tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui apakah ada atau tidaknya pengaruh variasi latihan *spike* terhadap hasil *spike* bola voli pada *club* Sembada VC Tahun 2022”. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan PBV Sembada VC Medan. Jalan Bunga Wijaya Kesuma, Padang Bulan Pasar III Medan. .pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 11 november 2021.jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 12 orang.Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 18 kali pertemuan.Dari hasil pengujian hipotesis pertama dan hipotesis yang kedua dengan menggunakan uji t berpasangan ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari variasi latihan *spike* bola voli pada atlet usia 17-20 tahun PBV Sembada VC padang bulan terhadap Atlet usia 17-20 PBV Sembada VC Medan tahun 2021”. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan melalui variasi latihan *spike* dapat meningkatkan hasil *spike* dalam permainan bola voli pada PBV Sembada Medan Tahun 2021. Hasil *Pre-Test* diperoleh  $L_o = 0.164$  pada taraf  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $L_{tabel} = 0.242$ . Dengan demikian  $L_o = 0.164 < L_{tabel} = 0.242$ , berarti  $H_0$  diterima. Kesimpulannya adalah data berasal dari populasi yang berdistribusi Normal. Hasil *Post-Test* diperoleh  $L_o = 0.092$ . pada taraf  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $L_{tabel} = 0.242$ . Dengan demikian  $L_o = 0.092 < L_{tabel} = 0.242$ , berarti  $H_0$  diterima. Kesimpulannya adalah data berasal dari populasi yang berdistribusi Normal. hasil perhitungan yang telah dilakukan pada hipotesis diperoleh  $t_{hitung} 7,10$  dan tabel daftar distribusi t dengan  $dk = n-1 (12-1=11)$  pada taraf nyata  $\alpha = 0,05 = 2.20$ . maka  $t_{hitung} = 7,10 > t_{tabel} = 2.20$ . Berdasarkan kriteria pengujian hipotesis yaitu  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima, maka dalam penelitian ini menyimpulkan bahwa “terdapat pengaruh latihan variasi pengaruh variasi latihan *spike* terhadap Atlet usia 17-20 PBV Sembada VC Medan tahun 2021”.

**Kata kunci :** Pengaruh, Variasi Latihan, *Spike*

