

ABSTRAK

Wegianta Anggar Mana Bangun, NIM: 6213121069 “Perbedaan Pengaruh Drilling Smash Sasaran Tetap dengan Drilling Smash Sasaran Berubah terhadap Hasil Smash dalam Permainan Bola Voli pada Atlet Putra Gaperta Medan Tahun 2025.”

(Pembimbing : Dewi Endriani)

Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2025

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan dan pengaruh *drilling smash* sasaran tetap dengan *drilling smash* sasaran berubah terhadap hasil *smash* dalam permainan bola voli pada atlet Putra Gaperta Medan tahun 2025. Dalam konteks perkembangan keilmuan dan teknologi di Indonesia, khususnya dalam bidang olahraga, penelitian ini menjadi relevan untuk mendukung kemajuan prestasi olahraga di masyarakat.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *two group pre-test* dan *post-test*. Sebanyak 12 atlet yang berlatih di klub Gaperta Medan menjadi subjek penelitian lalu dibagi menjadi dua kelompok menggunakan teknik *ordinal pairing*. Mereka menjalani program latihan yang difokuskan pada teknik *smash* selama 6 minggu. Pengukuran kemampuan dilakukan sebelum dan sesudah program latihan untuk menilai efektivitas intervensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam kemampuan *smash* setelah program latihan *drilling smash* sasaran tetap, dengan nilai $t_{hitung} 7,589 > t_{tabel} 2,105$ pada taraf signifikansi 0,05. Hasil yang sama juga terdapat peningkatan yang signifikan dalam kemampuan *smash* setelah program latihan *drilling smash* sasaran, dengan nilai $t_{hitung} 10,989 > t_{tabel} 2,105$ pada taraf signifikansi 0,05. Ditemukan juga perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok latihan tersebut dengan nilai $t_{hitung} 6,097 > t_{tabel} 1,812$ pada taraf signifikansi 0,05.

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan pengaruh *drilling smash* sasaran tetap dengan *drilling smash* sasaran berubah terhadap hasil *smash* dalam permainan bola voli pada atlet Putra Gaperta Medan dan juga terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan dari kedua bentuk latihan tersebut terhadap peningkatan hasil *smash* pada atlet Putra Gaperta Medan. Hasil ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pelatih dan pengelola klub dalam merancang program latihan yang lebih baik untuk meningkatkan keterampilan dasar pemain muda.

Kata Kunci: Bola Voli, Smash, Drilling Sasaran Tetap, Drilling Sasaran Berubah

ABSTRACT

Wegianta Anggar Mana Bangun, Student NIM: 6213121069 “The Difference in the Effect of Fixed-Target and Variable-Target Smash Drilling on Smash Performance in Male Volleyball Athletes of Gaperta Medan Club, 2025.”

(Thesis Advisor: Dewi Endriani)

Thesis: Faculty of Sports Science, State University of Medan 2025

This study aims to determine the differences and effects of fixed target drilling smash and variable target drilling smash on smash results in volleyball among male athletes at Gaperta Medan in 2025. In the context of scientific and technological development in Indonesia, particularly in the field of sports, this study is relevant to supporting the advancement of sports achievements in society.

The research method used in this study was an experiment with a two-group pre-test and post-test design. A total of 12 athletes who trained at the Gaperta Medan club became the research subjects and were divided into two groups using the ordinal pairing technique. They underwent a training program focused on smash techniques for 6 weeks. Ability measurements were taken before and after the training program to assess the effectiveness of the intervention

The results showed that there was a significant increase in smash ability after the fixed target smash drilling training program, with a t-value of $7.589 > t\text{-table } 2.105$ at a significance level of 0.05. Similar results were also found, with a significant increase in smash ability after the target smash drilling training program, with a t-value of $10.989 > t\text{-table } 2.105$ at a significance level of 0.05. A significant difference was also found between the two training groups, with a t-value of $6.097 > t\text{-table } 1.812$ at a significance level of 0.05

The conclusion of this study confirms that there is a significant effect of the training form of fixed target smash drilling and variable target smash drilling on smash results in volleyball games among male athletes at Gaperta Medan, and there is also a significant difference in the effect of the two training forms on improving smash results among male athletes at Gaperta Medan. These results are expected to provide insight for coaches and club managers in designing better training programs to improve the basic skills of young players.

Keywords: Volleyball, Smash, Fixed-Target Drilling, Variable-Target Drilling