

## ABSTRAK

**KALITEPIN SIBAGARIANG, NIM 6113121045. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Bagian Dengan Metode Latihan Keseluruhan Terhadap Hasil *Smash* Bolavoli Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli Putera SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015/2016.**

**(Pembimbing Skripsi: IMRAN AKHMAD).**

**Skripsi Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2016.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui metode latihan manakah yang lebih berpengaruh antara metode latihan bagian dengan metode latihan keseluruhan terhadap hasil *smash* bolavoli siswa ekstrakurikuler bolavoli putera SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015/2016.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, dan pelaksanaan latihan dengan metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bolavoli putera SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015/2016 yang berjumlah 15 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* (penarikan sampel secara sengaja) yang artinya: penarikan sampel berdasarkan pendapat peneliti bahwa responden akan memberikan informasi dengan tujuan penelitian, sehingga diperoleh sampel sebanyak 12 orang

Hasil penelitian sesuai pengujian hipotesis menyimpulkan: 1) Metode latihan bagian secara signifikan berpengaruh terhadap hasil *smash* bola voli siswa ekstrakurikuler bolavoli putera SMK Swasta Teladan Tahun 2015/2016, dengan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $2,7 > 2,57$ ) pada taraf signifikan  $\alpha=0.05$ . 2) Metode latihan keseluruhan secara signifikan berpengaruh terhadap hasil *smash* bolavoli siswa ekstrakurikuler bolavoli putera SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015/2016, dengan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $5,88 > 2,57$ ) pada taraf signifikan  $\alpha=0.05$ . 3) Metode latihan bagian tidak lebih besar pengaruhnya daripada metode latihan keseluruhan terhadap hasil *smash* bolavoli siswa ekstrakurikuler bolavoli putera SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015/2016, dengan  $t_{hitung} < t_{tabel}$  ( $0,54 < 2,23$ ) pada taraf signifikan  $\alpha=0.05$ .

Metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan merupakan suatu metode yang bisa meningkatkan kemampuan *smash*, karena kedua metode latihan ini sama-sama berpengaruh terhadap hasil *smash* bolavoli, alangkah baiknya kedua latihan ini dilaksanakan dengan dengan teratur dan sistematis.