

ABSTRAK

Husain Mohungo, 2012. Nim. 831 408 075. Judul: “ Perbedaan Latihan Squat Trust dan Latihan Squat Jump Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bola Voli Siswa Putra Kelas X SMA 2 Gorontalo.pembimbing I Ruslan S.Pd, M.Pd, dan pembimbing II Risna Podungge S.Pd, M.Pd.

Kemampuan para siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasokes tidak menjamin bahwa mereka dapat bermain bola voli dengan benar. Hal ini disebabkan karena siswa kurang menguasai teknik dalam melakukan smash serta pembinaan terhadap siswa sangat jarang diberikan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada Perbedaan Latihan Squat Trust dan Latihan Squat Jump Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bola Voli Siswa Putra Kelas X SMA 2 Gorontalo.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah Terdapat Perbedaan Latihan Squat Trust dan Latihan Squat Jump Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bola Voli Siswa Putra Kelas X SMA Negeri 2 Gorontalo.

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen yang meneliti tentang perbedaan pelatihan Squat Trust dan Pelatihan Squat Jump Terhadap Ketepatan Smash Pada Permainan Bola Voli.

Populasi adalah siswa kelas X SMA Negeri 2 Gorontalo yang berjumlah 174 orang, dan yang menjadi sampel penelitian ini sebanyak 20 orang siswa. Tehnik analisis data dalam penelitian ini dilakukan uji kesamaan dua rata-rata atau uji t.

Hasil analisis disimpulkan bahwa harga t_{hitung} sebesar 0,55. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh t_{daftar} sebesar 2,88. Ternyata t_{hitung} lebih kecil dari t_{daftar} ($0,55 < 2,88$). Harga t_{hitung} masih berada pada daerah penerimaan H_0 . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan menolak H_1 .

Kata Kunci: Latihan Squat Trust, Latihan Squat Jump dan Ketepatan Smash