

ABSTRAK

SUPRIYANTO TALIB, Nim. 832408042 “Pengaruh latihan *Dumbbel Terhadap Ketepatan melakukan servis bawah pada permainan Bola Voli SMP Negeri 4 Kota Gorontalo*”. Skripsi Bimbingan Dra Nurhayati Liputo, M. Pd dan Risna Podungge, S. Pd. M. Pd

Penelitian ini didasarkan pada kenyataan bahwa pada umumnya servis bawah pada permainan bola voli SMP Negeri 4 Kota Gorontalo masih sangat rendah.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian eksperimen ini adalah mengetahui bagaimana pengaruh pelatihan *dumbbel* terhadap ketepatan melakukan servis bawah pada permainan bola voli SMP Negeri 4 Kota Gorontalo.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang populasinya adalah seluruh anggota ekstra kurikuler bola voli SMP Negeri 4 Kota Gorontalo yang berjumlah 105 orang (yang aktif). Dari populasi diambil 20 orang sebagai sampel.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji t dengan taraf signifikan 0.05 dan $dk = n - 1$. Dari hasil pengujian menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 16,71 sedangkan dari daftar distribusi pada $t_{(0,975) (19)}$ di peroleh nilai sebesar 2,09 ternyata harga t_{hitung} lebih besar dari t_{daftar} . Berarti t_{hitung} telah berada diluar daerah penerimaan H_0 , sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan menerima H_A . Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini adalah “terdapat pengaruh pelatihan *dumbbel* terhadap ketepatan *servis* bawah pada anggota ekstra kurikuler bola voli SMP Negeri 4 Kota Gorontalo” diterima. Dalam hal ini, bahwa pelatihan *dumbbel* memberikan dampak positif terhadap ketepatan melakukan *servis* bawah pada permainan bola voli SMP Negeri 4 Kota Gorontalo.

Kata kunci latihan dumbbel dan ketepatan servis bawah