

ABSTRAK

LA RIEP. 832 410 090 . Skripsi “ Pengaruh Latihan Modifikasi Cable French Press Terhadap Ketepatan Smash Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas X Sma Negeri 1 Kabila”. Suatu penelitian pada siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Kabila.dibimbing oleh Dra. Nurhayati Liputo, MPd dan Drs. Sarjan Mile. Ms.

Masalah didalam penelitian ini adalah: Apakah latihan modifikasi *cable French press* dapat mempengaruhi ketepatan smash dalam permainan bola voli pada siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Kabila.

Tujuan penelitian: Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan modifikasi *cable French press* terhadap ketepatan smash dalam permainan bola voli pada siswa putra kelas X SMA Negeri Kabila.

Metode penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian Eksperimen. Manfaat penelitian: Hasil penelitian ini diharapkan akan dijadikan satu bahan masukan bagi pelatih dalam menentukan metode latihan yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi atlet khususnya pada cabang olahraga bola voli.

Desain penelitian ini adalah: *One Group Pre test and Post test*. Sampel penelitian ini dilakukan pada siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Kabila sebanyak 18 orang.

Hasil penelitian: Berdasarkan hasil penelitian tes awal X_1 , dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 4,61, nilai varians 1,0751, dan nilai standar deviasi 1,03. Sedangkan pada hasil penelitian tes akhir X_2 , dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 6,22, nilai varians 0,7712, dan nilai standar deviasi 0,88. Adapun nilai rata-rata peningkatan tes awal sampai tes akhir yaitu 1,61. Dari hasil analisis dan pengujian untuk variabel ketepatan smash menunjukkan t_{hitung} sebesar 11,5, sedangkan dari daftar distribusi diperoleh t_{tabel} 1,740. Ternyata harga t_{hitung} telah berada didalam daerah penerimaan H_a , dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan tidak dapat menerima H_o .

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah diuraikan maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis peneliti yakni “ Terdapat pengaruh latihan modifikasi *cable French press* terhadap ketepatan smash dalam permainan bola voli pada siswa putra kelas X SMA Negeri 1 Kabila.

Kata kunci: Modifikasi *Cable French Press* Memberikan Pengaruh Terhadap Smash Dalam Permainan Bolavoli.

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI YANG BERJUDUL

PENGARUH LATIHAN MODIFIKASI *CABLE FRENCH PRESS* TERHADAP

KETEPATAN SMASH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

PADA SISWA PUTRA KELAS X

SMA NEGERI 1 KABILA.

OLEH

LA RIEP

NIM : 832410090

Pembimbing I



Dra.Hj.Nurhayati Liputo, M.Pd
Nip.195709021982032001

Pembimbing II



Drs. Sarjan Mile, Ms
Nip.196108051987031003

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga



Dra.Hj.NurhayatiLiputo, M.Pd
Nip.195709021982032001