

**PENGARUH LATIHAN *DUMBBEL CURL* TERHADAP KETEPATAN
SERVIS FOREHAND PADA PERMAINAN BULUTANGKIS
SISWA PUTRA KELAS VII SMP NEGERI 3 GORONTALO**

Hanafi¹⁾, Sarjan Mile²⁾, Nurhayati Liputo³⁾

¹FIKK, Universitas Negeri Gorontalo (Hanafi)

hanafi_kepelatihan2011@ung.ac.id

²FIKK, Universitas Negeri Gorontalo (Sarjan Mile)

sarjan.mile@yahoo.co.id

³FIKK, Universitas Negeri Gorontalo (Nurhayati Liputo)

nurhayati@yahoo.co.id

Abstrak

Hanafi, nim 832 411 012, skripsi pengaruh latihan Dumbbel curl terhadap ketepatan servis forehand pada permainan bulutangkis siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo. Pembimbing I Drs. Sarjan Mile, MS dan pembimbing II Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd.

Penelitian ini di dasarkan pada kenyataan bawah pada umumnya teknik servis forehand pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo masih sangat rendah. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Tujuan yang hendak dicapai pada penelitian siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo adalah untuk mengetahui pengaruh latihan dumbbel curl terhadap ketepatan servis forehand pada permainan bulutangkis. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen yang dilakukan pada siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo dengan teknik pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan rumus slovin. Populasi dalam penelityian ini adalah seluruh siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo yang berjumlah 92 orang sebagai sampel.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu keterampilan servis forehand. Analisis data menggunakan uji $-t$. Hasil penelitian tes awal (X_1) di peroleh nilai rata-rata 17,2 nilai varians 5,95. dan standar deviasinya 2,44. Untuk tes akhir (X_2) diperoleh rata-rata 19,7 nilai varians 8,53 dan standar deviasinya 2,92 nilai rata-rata peningkatan tes awal sampai tes akhir 2,5 Sesuai dengan analisis dan pembahasan : hipotesis yang berbunyi terdapat pengaruh latihan dumbbel curl terhadap ketepatan servis forehand dalam permainan bulutangkis siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo, sebelum dan sesudah latihan dumbbel curl dinyatakan diterima dan teruji kebenarannya. Hal ini di buktikan melalui perhitungan, dimana diperoleh harga $t_{hitung} = 14,69$ sedangkan dari $t_{tabel} = 1,729$. Ternyata t_{hitung} lebih lebih besar dari t_{tabel} atau harga t_{hitung} telah berada diluar penerimaan H_0 sehingga dapat disimpulkan bawah H_0 tolak dan terima H_A .

Kata Kunci : *Dumbbel Culr , Servis Forehand Pada Permainan Bulutangkis.*

INFLUENCE OF PRACTICE OF DUMBBEL CURL TO ACCURACY OF FOREHAND SERVICE GAME OF STUDENT BULUTANGKIS OF PUTRA SMP COUNTRY KELASVII 3 GORONTALO

Hanafi¹⁾, Sarjan Mile²⁾, Nurhayati Liputo³⁾

¹FIKK, Universitas Negeri Gorontalo (Hanafi)

hanafi_kepelatihan2011@ung.ac.id

²FIKK, Universitas Negeri Gorontalo (Sarjan Mile)

sarjan.mile@yahoo.co.id

³FIKK, Universitas Negeri Gorontalo (Nurhayati Liputo)

nurhayati@yahoo.co.id

Abstrak

Hanafi, nim 832 411 012, skripsi influence of practice of Dumbbel curl to accuracy of forehand service game of student bulutangkis of putra SMP Country kelasVII 3 Gorontalo. Counsellor 1 Drs. Sarjan Mile, MS and counsellor of II Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd

This Research relying on fact under in general technique service forehand class student of VII SMP Country 3 Gorontalo still is very low. This research represent research of experiment. Target of which will reach research of student of putra class of VII SMP Country 3 Gorontalo is to know influence of practice of dumbbel curl to accuracy of forehand service game of bulutangkis. This research research of done/conducted experiment student of putra class of VII SMP Country 3 Gorontalo with technique intake of sampel that is by using formula of slovin. Population in this peneliyian entire/all student of putra class of VII SMP Country 3 Gorontalo which berjumlah 92 people used Research instrument that is skill of forehand service. Data analysis use test - t. Result of research of tes early (X1) obtaining average value 17,2 value of varians 5,95. and its standard him 2,44.Untuk final tes (X2) obtained to flatten- flatten 19,7 value of varians 8,53 and its standard him 2,92 value flatten- flatten the make-up of tes early until final tes 2,5 As according to solution and analysis : hypothesis sounding there are influence of practice of dumbbel curl to accuracy of forehand service in game of student bulutangkis of putra class of VII SMP Country 3 Gorontalo, before and after practice of dumbbel curl expressed to be to be accepted and tested its truth. This matter proving to calculation, where obtained price of thitung = 14,69 while

Keyword : *Dumbbel Culr , Service Forehand Game of Bulutangkis*