

ABSTRAK

Sinta Sri Ariyati Pelupesi. Nim. 832 410 031. Skripsi. Pengaruh Latihan *Dumbble Curl* Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Cabang Olahraga Bola Voli Pada Siswa SMA Negeri 1 Telaga. Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I. **Ucok H. Refiater, S.Pd M.Pd**, Pembimbing II. **Edy Dharma P. Duhe, S.Pd M.Pd**

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini yakni “apakah terdapat pengaruh latihan *dumbble curl* terhadap hasil ketepatan servis atas pada siswa SMA Negeri 1 telaga?” Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar pengaruh latihan *dumbble curl* terhadap hasil servis atas pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Telaga. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode Eksperimen dengan analisis data kuantitatif. Hipotesis yang digunakan adalah terdapat pengaruh latihan *dumbble curl* terhadap hasil ketepatan servis atas pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Telaga.

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $t_{hitung} = 5,37$ lebih besar dari table nilai t atau t_{tabel} pada alfa $\alpha = 0.05$; dk = n-1 (18-1) diperoleh harga $t_{tabel} = 1,74$. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} , kriteria pengujian menyatakan bahwa tolak H_0 jika $t_{hitung} (t) > (t)$, oleh karena itu Hipotesis alternative H_a dapat diterima atau terdapat pengaruh latihan *dumbble curl* terhadap ketepatan servis atas dalam cabang olahraga bola voli. sehingga dapat disimpulkan bahwa “latihan *Dumbble Curl* mempunyai pengaruh terhadap ketepatan servis atas dalam cabang olahraga bola Voli pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Telaga”.

Kata Kunci: *Dumbble Curl*, Ketepatan Servis Atas, Bola Voli.