

## **ABSTRAK**

### **PERBANDINGAN LEMPARAN ATAS, LEMPARAN BAWAH, LEMPARAN SAMPING TERHADAP AKURASI DAN KECEPATAN DALAM OLAHRAGA SOFTBALL**

**Hardiansyah Suandana  
1001594**

**Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Pendidikan Indonesia**

**Agus Rusdiana, M.Sc., Ph.D.  
Drs. H. Badruzaman, M.Pd.**

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui serta membandingkan tingkat kecepatan dan akurasi lemparan atas, lemparan bawah dan lemparan samping. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah deskriptif, dengan teknik tes kemampuan menlempar. Teknik pengambilan sampel *sampling jenuh* pada anggota laki-laki tim softball SMAN 4 CIMAHI dengan *sample* yaitu seluruh atlet putra yang berjumlah 15 orang. Instrumen yang digunakan adalah speed gun dan tes akurasi lemparan. Hasil yang diperoleh dianalisis dengan uji statistik *one way anova* menggunakan Software SPSS 21. Dari analisis data sig kecepatan lemparan yaitu  $0.00 < 0.05$ , maka  $H_0$  ditolak. Maka terdapat perbedaan yang signifikan antara kecepatan lemparan atas, lemparan bawah, dan lemparan samping. Serta untuk nilai sig akurasi lemparan yaitu  $0.003 < 0.05$  maka  $H_1$  ditolak. Maka terdapat perbedaan yang signifikan antara akurasi lemparan atas, lemparan bawah, dan lemparan samping dan lemparan atas lebih baik. Oleh karena itu penulis memberikan saran kepada Pembina, pelatih dan pemain untuk melatih dan memakai lemparan atas, lemparan bawah, dan lemparan samping tersebut secara merata pada program latihan yang dilakukan agar dapat menguasainya dengan baik.

**Kata kunci :** Akurasi Kecepatan Lemparan, Olahraga Softball

## ABSTRACT

**THE COMPARISON OF OVERHAND THROW, UNDERHAND THROW,  
AND SIDEHAND THROW  
ABOUT ACCURACY AND SPEED IN THE SOFTBALL**

**HardiansyahSuandana  
1001594**

**Faculty of Sports and Health Science Education  
Indonesia University of Education**

**Agus Rusdiana, M.Sc., Ph.D.<sup>1</sup>  
Drs. H. Badruzaman, M.Pd.<sup>2</sup>**

The purpose of this study was to determine and compare the levels of speed and accuracy on throws, tosses and throws down the side. Data collection methods used were descriptive, with the testing techniques menlempar capabilities. The sampling technique sampling saturated the male members softball team SMAN 4 Cimahi with a sample that is all male athlete who totaled 15 people. The instrument used is the speed gun and test the accuracy of the throw. The results were analyzed with statistical test one way ANOVA using SPSS Software 21. From the data analysis speed throws sig is  $0:00 < 0.05$ , then  $H_0$  is rejected. Then there is a significant difference between the speed of the throw up, throw down, and throws aside. As well as to sig-throw accuracy is  $0.003 < 0.05$  then  $H_1$  is rejected. Then there is a significant difference between the accuracy of the throw up, throw down, and throw on the side and throw better. Therefore, the authors give advice to coaches, trainers and players to train and put on the top throw, throw down, and toss evenly on the side of the training program carried out in order to master it well.

**Keyword :** Speed Accuracy Shot , Sports Softball