

## ABSTRAK

### **PENGARUH LATIHAN LOMPAT DENGAN MENGGUAKAN BOLA YANG DIGANTUNG TERHADAP KETERAMPILAN SMASH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI**

Pembimbing: 1. Dr. Mulyana, M. Pd  
2. BambangErawan, M. Pd

\*Edi Kurniawan\*

Untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam suatu cabang olahraga khususnya bola voli terdapat aspek fisik, teknik, taktik, dan psikis (mental) yang harus dirancang dalam suatu program selanjutnya diterapkan dalam proses latihan. Namun terkadang pada kenyataan di daerah-daerah terpencil pelatih sering kekurangan media untuk melatih teknik, dalam hal ini pelatih juga jarang memanfaatkan media yang ada di sekitar lingkungan seperti latihan lompat dengan bola digantung. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan lompat dengan bola digantung terhadap keterampilan smash dalam permainan bola voli. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, dengan populasi seluruh atlet putra club Trengginas Belitung, sebanyak 12 orang yang dijadikan sebagai sampel. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik sampel jenuh, selanjutnya dilakukan dengan cara melakukan tes awal dan terakhir. Variabel independen dalam penelitian ini adalah latihan lompat dengan bola digantung, sedangkan variable dependen dalam penelitian ini adalah keterampilan smash dalam permainan bola voli. Hasil perhitungan dengan pendekatan statistic kompharatif / perbandingan menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian latihan lompat dengan bola digantung terhadap keterampilan *smash* terhadap permainan Bola voli. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan sampel lebih banyak dan instrument yang berbeda. Selain itu dapat mengungkapkan aspek lain yang bias meningkatkan kualitas permainan cabang olahraga Bola voli, khususnya teknik *smash*.

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Angkatan 2010

FPOK UPI Bandung

vi

Edi Kurniawan, 2015

**PENGARUH LATIHAN LOMPAT DENGAN MENGGUAKAN BOLA YANG DIGANTUNG TERHADAP KETERAMPILAN SMASH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## **ABSTRACT**

### ***EFFECT OF EXERCISE BALL USE DOWN WITH HANGING TO SMASH THE GAME BALL SKILLS VOLLEYBALL***

***Supervisor: 1. Dr. Mulyana, M. Pd  
2. Bambang Erawan, M. Pd***

***\* Edi Kurniawan \****

*To achieve maximum performance in a sport, especially volleyball are physical aspects, techniques, tactics, and psychological (mental) which must be designed in a subsequent program applied in the training process. But sometimes the reality in remote areas often lack media trainer to train the technique, in this case the coach also rarely take advantage of the media around the environment such as exercise hung around with the ball. Goals to be achieved in this study is to determine the effect of exercise around with the ball hung on the skill smash in volleyball games. The approach used is a quantitative approach, the entire population of the Pacific Trengginas male athlete club, as many as 12 people were used as a sample. The sample selection was done by using saturated sample, is then performed by means of the initial and final test. The independent variable in this study is an exercise hung around with the ball, while the dependent variable in this study is the skill smash in volleyball games. The results of calculations with the statistical approach kompharatif / comparison showed that there was no significant effect of training provision hung around with the ball against the skill smash against voli. Bagi ball game further research is expected to carry out further studies with larger sample and different instruments. Moreover, it can reveal other aspects of bias improve the quality of sports volleyball game, especially smash technique.*

*Students Sports Coaching Education Program Study Force 2010  
FPOK UPI Bandung.*