

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN MEMUKUL BOLA DIGANTUNG TERHADAP KETEPATAN SMASH BOLA VOLI PUTRI DI SMA PARAMARTA 1 SEPUTIH BANYAK LAMPUNG TENGAH

Oleh

SUWARDA GADIS NOTRIYA

Masalah dalam penelitian ini adalah proses kegiatan ekstrakurikuler khususnya permainan bola voli belum menunjukkan hasil yang optimal terutama pada ketepatan smash. Tujuan yang dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan memukul bola digantung terhadap ketepatan smash bola voli putri di SMA Paramarta 1 Seputih Banyak Lampung Tengah.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu, desain penelitian ini adalah “*pre-test* dan *post-test*”. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa bola voli Putri SMA Paramarta 1 Seputih Banyak Lampung Tengah yang berjumlah 30 siswa. Instrumen yang digunakan untuk tes ketepatan *smash* adalah tes *Ketepatan smash* menurut *Nurhasan*. Analisis data menggunakan uji t, hasil analisis menunjukkan nilai t_{hitung} sebesar 16,4816 dan nilai t_{tabel} sebesar 2,048 pada taraf signifikan 0,05 atau taraf kepercayaan 95%. Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan maka didapat nilai $t_{hitung}=16,4816 > t_{tabel}=2,048$ maka H_0 ditolak yang artinya pada tes awal dan tes akhir ada perbedaan hasil atau latihan *latihan memukul bola digantung* dapat berpengaruh terhadap peningkatan *ketepatan*

smash pada siswa bola voli putri SMA Paramarta 1 Seputih Banyak Lampung Tengah.

Kata kunci: *memukul bola digantung, ketepatan smash.*