

ABSTRAK

Octavian, Fatkul. 2020. *Pengaruh Pelatihan Power Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Jump Service Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik.* Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Dosen Pembimbing: Riga Mardhika, S.Pd., M.Or.

Kata Kunci : *power tungkai, kekuatan otot lengan, ketepatan jump service.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada dan tidaknya pengaruh pelatihan *power* tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *jump service* pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik. Hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pelatihan *power* tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *jump service* pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik.

Subjek penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik yang berjumlah 20 orang. Dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *pretest-posttest control group design*. Desain penelitian ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, yang kemudian diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah rumus uji *independent sample t-test*.

Hasil penelitian diperoleh t_{hitung} sebesar 9,010 sedangkan pada t_{tabel} dan $df = N_x + N_y - 2 = 10 + 10 - 2 = 18$ dengan taraf signifikan 5% adalah sebesar 2,101 atau ($t_{hitung} > t_{tabel}$). Sehingga disimpulkan t_{hitung} lebih besar dari nilai t_{tabel} maka hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pengaruh pelatihan *power* tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *jump service* pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik.

ABSTRACT

Octavian, Fatkul. 2020. The Influence of Power Leg Training and The Strength of Arm Toward Jump Service Accuracy in Participants of Volleyball Men's Extracurricular in SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik. Undergraduate thesis. Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education. University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor: Riga Mardhika, S.Pd., M.Or.

Keywords : *power leg, strength of arm, jump service accuracy.*

This research aimed to know the influence of power leg training and the strength of arm toward jump service accuracy in participants of volleyball men's extracurricular in SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik. This research is to know the influence of power leg training and the strength of arm toward jump service accuracy in participants of volleyball men's extracurricular in SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik.

The data of this research is all the participants of volleyball men's extracurricular in SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik which amounts 20 students. In this research used *pretest-posttest control group design*, which exist 2 groups are selected randomly. Then, both of groups are given *pretest* to know the first condition between experiment and control groups. The data analysis was using *independent sample t-test*.

The result was showing that t_{coll} is 9.010 while in t_{table} and $df = N_x + N_y - 2 = 10 + 10 - 2 = 18$ with a significant level 5% is 2,101 or ($t_{coll} > t_{table}$). The conclusion is t_{coll} greater than t_{table} . So result of the analysis was showing that there is influence of power leg training and the strength of arm toward jump service accuracy in participants of volleyball men's extracurricular in SMK Maskumambang 1 Dukun Gresik.