



**PENGARUH LATIHAN SERVIS BAWAH JARAK BERTAHAP
KETINGGIAN NET TETAP DAN JARAK TETAP KETINGGIAN
NET BERTAHAP TERHADAP HASIL SERVIS BAWAH DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA PESERTA
EKSTRAKURIKULER SMP N 6 BATANG
TAHUN 2008 / 2009**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian Studi Strata I untuk
mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh :

PERPUSTAKAAN
SUPENO
UNNES
6301405011

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2009**

SARI

Supeno,(2009): Pengaruh Latihan *servis* Bawah Jarak Bertahap Ketinggian *Net* Tetap Dan Jarak Tetap Ketinggian *Net* Bertahap Terhadap Hasil *servis* Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler SMP Negeri 6 Batang Tahun 2008 / 2009.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui mana yang lebih baik antara latihan *servis* bawah menggunakan jarak *servis* bertahap ketinggian *net* tetap, dengan latihan *servis* bawah menggunakan jarak *servis* tetap ketinggian *net* bertahap terhadap hasil *servis* bawah pada olahraga permainan bolavoli bagi siswa putra peserta ekstrakurikuler SMP N 6 Batang tahun 2008 / 2009.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa putra kelas XI peserta ekstrakurikuler SMP N 6 Batang tahun 2008 / 2009 sebanyak 38 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, yaitu sampel diambil keseluruhan sejumlah 38 siswa. Metode penelitian yang digunakan metode eksperimen dengan pola M-S (*Matching by Subject*). Instrument penelitian yang digunakan tes *servis* bawah dari Leaveage. Tujuan tes tersebut adalah untuk mengukur kemampuan *servis* bawah bolavoli. Data hasil dari penelitian diolah menggunakan rumus t-tes pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan (db) 18.

Dari hasil perhitungan t-tes diperoleh nilai t-hitung sebesar 3,081 dan nilai t-tabel sebesar 2,101. Jadi, nilai t-hitung lebih besar dari pada nilai t-tabel ($3,081 > 2,101$) dan berdasarkan perhitungan perbedaan mean menunjukkan $MXe1$ sebesar 42,11 dan $MXe2$ sebesar 51,11 Jadi $MXe2 > MXe1$ ($51,11 > 42,11$). Berdasarkan perhitungan tersebut berarti hipotesis yang menyatakan, ada pengaruh yang berbeda antara latihan *servis* bawah menggunakan jarak *servis* bertahap ketinggian *net* tetap dengan latihan *servis* bawah menggunakan jarak *servis* tetap ketinggian *net* bertahap terhadap hasil *servis* bawah bolavoli pada siswa putra peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 6 Batang tahun 2008 / 2009, **diterima**. Dan diantara kedua latihan tersebut latihan *servis* jarak bertahap ketinggian *net* tetap lebih baik jika dibandingkan latihan *servis* jarak tetap ketinggian *net* bertahap.

Untuk itu disarankan kepada guru pendidikan jasmani dan pelatih bolavoli, agar dalam latihan *servis* bawah khususnya bagi para pemain pemula dapat digunakan cara latihan dengan jarak *servis* bertahap ketinggian *net* tetap dan bagi para peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan referensi dan diharapkan untuk dapat membandingkan metode latihan *servis* bawah menggunakan jarak bertahap ketinggian *net* tetap dengan metode yang lain agar diperoleh informasi yang semakin tepat terkait bentuk latihan yang paling efektif untuk meningkatkan kemampuan *servis* bawah.