

## SARI

Andy Budi Prasetyo. “Perbedaan Latihan Volley dengan Metode *Forward and Volley* dan *rallyers and Runners* Terhadap Kemampuan *volley Forehand* Pada Mahasiswa Putra Peserta IKK Tenis Jurusan PKLO FIK UNNES Tahun 2011”. Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan penelitian ini adalah 1) apakah ada perbedaan antara latihan *volley* dengan menggunakan metode *forward and volley* dan *rallyers and runners* terhadap kemampuan *volley forehand* pada mahasiswa putra peserta IKK tenis jurusan PKLO FIK UNNES tahun 2011, 2) jika ditemukan perbedaan mana yang lebih baik antara latihan *volley* dengan menggunakan metode *forward and volley* dan *rallyers and runners* terhadap kemampuan *volley forehand* pada mahasiswa putra peserta IKK Tenis jurusan PKLO FIK UNNES tahun 2011. Tujuan penelitian untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan latihan *volley* dengan menggunakan metode *forward and volley* dan *rallyers and runners* terhadap kemampuan *volley forehand*, jika ditemukan ada perbedaan, maka akan dicari juga metode latihan *volley* mana yang memberikan pengaruh yang lebih baik antara metode *forward and volley* dan *rallyers and runners* terhadap kemampuan *volley forehand* pada mahasiswa putra peserta IKK tenis jurusan PKLO FIK UNNES tahun 2011.

Populasi penelitian adalah mahasiswa putra peserta IKK tenis jurusan PKLO FIK UNNES tahun 2011 dengan jumlah 22 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*, cara yang digunakan untuk merandomisasi menggunakan cara undian dengan jumlah sampel 20 mahasiswa. Variabel penelitian meliputi variabel bebas yaitu: 1) *forward and volley* ( $X_1$ ), 2) *rallyers and runners* ( $X_2$ ) dan variabel terikat Y yaitu hasil *volley forehand*. Instrumen penelitian: 1) tes kemampuan *forehand volley* menggunakan “*Modified Timmers Forehand and Volley Backhand Test*”. Metode analisis data penelitian menggunakan analisis data statistik dengan rumus *t-test* dengan rumus pendek.

Hasil analisis data berdasarkan hasil perhitungan statistik diperoleh nilai *t*.hitung sebesar 2,548. Hasil ini menunjukkan angka yang lebih besar dari nilai *t*.tabel yang besarnya 2,262 yang diuji berdasarkan taraf signifikansi 5% dengan (db) 9. Berdasarkan hasil uji coba beda *mean* yang diperoleh dari kedua kelompok, diketahui bahwa *mean* kelompok eksperimen lebih besar daripada kelompok kontrol atau  $31,6 > 26,9$  sehingga dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen lebih baik daripada kelompok kontrol, berarti : *forward and volley* lebih baik daripada metode *rallyers and runners*. Berdasarkan penelitian simpulannya, latihan *volley* dengan metode *forward and volley* memberikan yang lebih baik daripada metode *rallyers and runners*. Dari hasil penelitian penulis memberi saran: 1) Bagi mahasiswa khususnya peserta IKK tenis jurusan PKLO FIK UNNES, disarankan untuk lebih memperhatikan latihan *volley* dengan metode *forward and volley*, 2) Bagi mahasiswa lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis dapat membandingkan hasil penelitian ini dengan metode yang lain dan sampel yang lebih banyak.