

ABSTRAK

Saputra Mahandra (2019): “Pengaruh Latihan Bola Gantung Terhadap Kemampuan *servis* Sepaktakraw Pada Atlet Club PST Mleng’s Siulak Kabupaten Kerinci”

Masalah dalam penelitian ini adalah lemahnya kemampuan *servis* sepaktakraw pada atlet club PST Mleng’s Siulak Kabupaten Kerinci. Penelitian ini dengan variabel bebas yaitu latihan *servis* bola gantung (X) sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan *servis* (Y). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *servis* bola gantung terhadap kemampuan *servis* sepaktakraw pada atlet club PST Mleng’s Siulak Kabupaten Kerinci.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah keseluruhan atlet yang mengikuti latihan sepaktakraw Club PST Mleng’s Siulak Kabupaten Kerinci yaitu sebanyak 10 orang atlet putra. Mengingat jumlah populasi relatif kecil, maka seluruh populasi dijadikan sampel sebanyak 10 orang, teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu dengan memakai teknik *sampel jenuh*. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *servis* sepaktakraw dan teknik analisis data yaitu dengan uji t.

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji t-test. Hasil pengolahan data dalam penelitian ini adalah $t_{hitung} (16,22) > t_{tabel} (1,83)$ dan terdapat peningkatan hasil kemampuan antara tes awal dengan tes akhir, berarti latihan *servis* bola gantung memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *servis*, artinya penerapan latihan *servis* bola gantung memberikan pengaruh untuk meningkatkan kemampuan *servis*.