

ABSTRAK

Ivantri. 2019. Pengaruh Latihan *Service* Sasaran Tetap dan Sasaran Berubah Terhadap Kemampuan *Service* Sepaktakraw Atlet Club Puma Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan *service* pemain sepaktakraw Klub Puma Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *service* sasaran tetap dan sasaran berubah terhadap kemampuan *service* atlet sepaktakraw Klub Puma Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy eksperiment*). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepaktakraw Klub Puma Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah 13 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 8 orang atlet putra. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes kemampuan servis sepaktakraw. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis uji t.

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa: 1) Latihan *service* sasaran tetap tidak dapat meningkatkan kemampuan *service* atlet Sepaktakraw Klub Puma Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar, hal ini dibuktikan dengan $t_{hitung} = 0,55 > t_{tabel} = 2,35$, 2) Latihan servis sasaran sasaran berubah tidak dapat meningkatkan kemampuan *service* atlet Klub Puma Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar, hal ini dibuktikan dengan $t_{hitung} 0,90 > t_{tabel} = 2,35$, 3) Tidak terdapat perbedaan pengaruh latihan *service* sasaran tetap dengan latihan *service* sasaran berubah terhadap kemampuan *service* atlet Klub Puma Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar, hal ini dibuktikan yaitu; $t_{hitung} = 1,10 < t_{tabel} = 2,35$, hipotesis ditolak.